اطلاعات هفتگی
شماره [illegible]
چهارشنبه ۱۵ مهر ۱۳۸۳
بها ۲۰۰۰ ریال

شهره سلطانی: دوباره خواهم رفت!

مشکلی به نام اختلاف سن در ازدواج

چطور کودک تیز هوش را بشناسیم

چرا چاق هستید؟

مهمترین عامل آلودگی آشپزخانه شما

مجبورم همسر موفقم را طلاق بدهم

# به سرعت نور بخورید

## با پخت نوری

SolarDOM

MP-9482 SR
34 Liter

- ٪۵۰ صرفه‌جویی در مصرف انرژی
- ۴ برابر سریعتر از فرهای معمولی
- دارای ۱۲ منوی پخت غذای ایرانی
- کباب‌گردان و جوجه‌گردان ۴ سیخ
- پخت نوری گریل - کانوکشن
- دارای فیلم VCD و کتابچه آموزش
- ۱۸ماه ضمانت

مرکز آموزش رایگان ال‌جی

تهران ۸۸۷۹۴۲۸ شیراز ۲۳۰۸۵۳۹ اصفهان ۲۴۷۰۹۰۰ تبریز ۳۳۱۶۵۸۵

LG
Life's Good

فقط با ضمانت‌نامه فارسی گلدیران
با بیش از ۲۰۰ مرکز خدمات پس از فروش
مرکز مشاوره و اطلاع رسانی : ۳۳۶۹۱۷۲
دفتر خدمات پس از فروش : ۸۷۳۵۳۲۷ - ۸۷۶۷۶۹۸
گلدیران نماینده انحصاری محصولات لوازم خانگی ال‌جی در ایران
www.goldiran.ir www.lge.ir

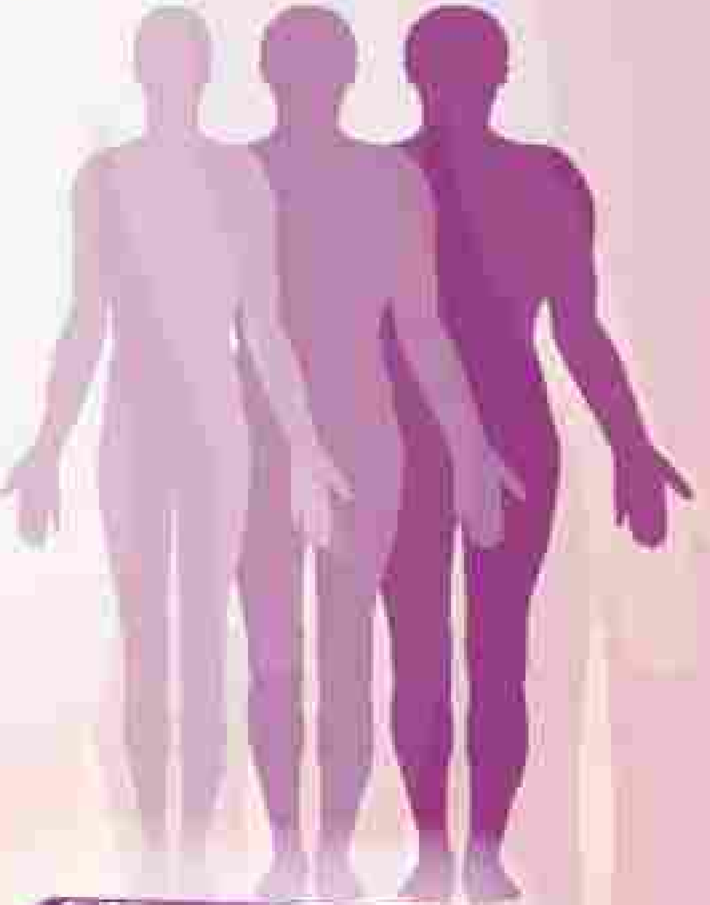
# صابون لاغری و مرطوب کننده اژه

**EJE** Slimming & Moisturizing Soap

وجود اسید آلژینیک (ماده موثره لاغری برگرفته از جلبکهای دریایی) و روغن های گیاهی در این صابون، از یکطرف در پوست نفوذ کرده و از حفره های مویین پوست چرک و آلودگی را بیرون آورده و تمیز مینماید و از طرف دیگر چربیهای زیر پوست را از بدن خارج نموده و با تحریک متابولیسم در سیستم لنفاوی و بهبود جریان خون مویرگی به عنوان قابض عمل نموده و باعث لطافت پوست می گردد.

**ویژگیها:**

- کمک به دفع و حذف لایه های چربی زیر پوست
- مرطوب کننده و شفاف کننده پوست
- خاصیت نرم کنندگی بالا



EJE
اژه
صابون لاغری و مرطوب کننده

**صنایع آرایشی بهداشتی اژه فام**

Mohseni Sq., Buil. 47, Apt. 1, Tehran - Iran
Tel: 2274320, 2272005-2903197-8
Fax: 2903205
دفتر تهران: خیابان میرداماد، میدان مادر، ساختمان اداری ۴۷،
شماره ۱، تلفن: ۸ - ۲۹۰۳۱۹۷ ، ۲۲۷۲۰۰۵ ، ۲۲۷۴۳۲۰
Http://www.ejefam.com فاکس: ۲۹۰۳۲۰۵

بسم الله الرحمن الرحیم

## فهرست مطالب این شماره

یادداشت هفته ........ ۴
تفسیر سیاسی ........ ۶
سه‌گانه ........ ۸
چراچاق هستید؟ ........ ۱۰
خود را تست کنید ........ ۱۱
خاطرات روانپزشک ........ ۱۲
داستان زندگی ........ ۱۴
بازتاب ........ ۱۶
صدای سبز بسیج ........ ۱۷
گزارش رنگی ........ ۱۸
مشاور خانواده ........ ۲۰
پاورقی خارجی «من سیسرو بودم» ........ ۲۲
ماجراهای خواستگاری ........ ۲۴
در پیچ و خم دادگاه ........ ۲۵
گزارش شهرستانها «زاینده‌رود را دریابیم» ........ ۲۶
فرهنگ مردم ........ ۲۷
گزارش از زندانها ........ ۲۸
سرگذشت‌های واقعی ........ ۳۰
زندگی رنگین ........ ۳۲
از گوشه و کنار جهان ........ ۳۴
خواندنیهای تاریخی ........ ۳۶
یک هفته حادثه ........ ۳۷
پاورقی ایرانی «گمشدگان» ........ ۳۸
همیشه پوستی سالم و شاداب داشته باشیم ........ ۴۰
خیاطی به روش آسان ـ معجزه گیاهان ........ ۴۱
تماشاگه راز ........ ۴۲
در قلمرو داستان ........ ۴۴
ترازو ـ داستان جان ........ ۴۶
جدول ........ ۴۸
با هوش خود کلنجار بروید ........ ۴۹
جنگ هنر ........ ۵۰
داستانهای آلفرد هیچکاک ........ ۵۴
جهان هنر ........ ۵۶
ورزشی ........ ۵۸
در حلقه رندان ........ ۶۲
اطلاعات مفتکی ........ ۶۳
یک دقیقه با دنیای علم ........ ۶۴
هفته بعد شما ........ ۶۵

**صاحب امتیاز**
**شرکت ایرانچاپ**
**(موسسه اطلاعات)**
**مدیر مسوول و سردبیر:**
**فتح‌الله جوادی**
معاون سردبیر: سید احمد شهابی
معاون فنی: محمود صفادار
صفحه‌آرا: محمد جعفر صباغی خسروی
حروف‌نگار: اسماعیل غلامی

**نشانی: تهران - بلوار میرداماد - خیابان نفت جنوبی - موسسه اطلاعات - اطلاعات هفتگی**

کد پستی: ۱۵۴۹۹۵۱۱۹۹
تلفن: ۲۹۹۹۳۴۰۴ - ۲۲۲۶۲۲۶
نمابر (فاکس): ۲۲۷۱۸۱۳

تلفن آگهی‌های مجله اطلاعات هفتگی: ۲۲۲۳۵۰۷
چاپ از: ایرانچاپ
چاپخانه موسسه اطلاعات - تلفن: ۲۹۹۹۹

**شماره ۳۱۵۶ - چهارشنبه ۱۵ مهر ۱۳۸۳**
**۲۰ شعبان ۱۴۲۵ ۶ اکتبر ۲۰۰۴**

■ هرگونه استفاده از مطالب مجله جهت فیلمنامه سینما، تلویزیون و تئاتر و یا چاپ در کتاب منوط به کسب اجازه کتبی است.
■ مقالات ارسالی پس داده نمی‌شود.
■ مجله در ویرایش مطالب آزاد است.

یادداشت هفته
محمدامین
جوادی

## حرف ورشکستگی را نزنید

سازمان تأمین اجتماعی اعلام کرده که اگر فکری به حال این سازمان نشود در چند سال آینده به‌طور کلی ورشکست خواهد شد.

این سخن، که از سوی یکی از مقامات سازمان اعلام شد، حتی اگر واقعیت داشته باشد، به هیچ‌وجه جای طرح عمومی ندارد. سازمانهایی نظیر تأمین اجتماعی و یا سازمان بازنشستگی کشور، در ایجاد امنیت و آرامش اداری و اجتماعی بسیار مؤثرند.

به جراءت می‌توان گفت که اگر در کشوری تأمین اجتماعی مردم درست ساماندهی شود، بسیاری از معضلات و آسیب های اجتماعی و دلشوره‌ها و دغدغه‌های اقشار آسیب‌پذیر جامعه برطرف خواهد شد. اعلام ورشکستگی سازمانهایی نظیر تأمین اجتماعی پیش از آنکه یک افتخار برای مسوولان این نهاد محسوب شود، یک نمره منفی در کارنامه آنان به حساب می‌آید و نشان می‌دهد که در طول سالهای اخیر مدیران این سازمانها از امانت‌هایی که در دستشان بوده به خوبی حمایت و حراست نکرده‌اند. به زبان ساده‌تر امانتداران خوبی نبوده‌اند. بنده نمی‌دانم اشکال کار از کجاست، اما به هرحال واقعیات نشان می‌دهد که مبلغ دریافتی این نهادها تنها از کارمندان و کارگردان و حقوق‌بگیران آنقدر هست که در صورت مدیریت صحیح بر منافع وصولی شاهد هیچ معضلی نباشیم. هر کارمندی که به فیش حقوقی خود نگاه می‌کند رقم نسبتاً درشتی را در ستون کسورات مربوط به بیمه می‌بیند که این تازه سهم کارگر و یا کارمند است و تقریباً دو برابر این رقم را نیز باید کارفرما به اداره کار و یا سازمان تأمین اجتماعی بابت هر کارگر یا کارمند بپردازد.

نزدیک ۲۵ درصد حقوق هر کارگر و کارمند به بیمه پرداخت می‌شود. این رقم آنقدر هست که سازمان تأمین اجتماعی را به بزرگترین و سرمایه‌دارترین نهاد کشور تبدیل کند. از این میزان رقمی نزدیک به ۹ درصد آن را هزینه‌های درمان تشکیل می‌دهد که با توجه به نوع سرویس‌دهی بیمه به بیمه‌شدگان، معلوم می‌شود که تاءمین اجتماعی در این مورد با خست تمام رفتار می‌کند و لذا آنقدر گشاده‌دست نیست که به افلاس بیفتد و یا خاصه خرجی کند. همین حالا هم اکثر حقوق‌بگیران از نحوه سرویس‌دهی بیمه درمان گلایه دارند و در مواجهه با بیماری، اکثراً دچار مشکلند و حتی برای پرداخت هزینه‌های بیمارستانی مجبورند به قرض بیفتند و یا فرش و طلای خود را بفروشند. در نگاه کلان ارقام دریافتی از حقوق‌بگیران بسیار درشت و قابل توجه است حال اگر با این همه، سازمان بیمه و یا تأمین اجتماعی و بازنشستگی اعلام ورشکستگی کنند نشان می‌دهد که آنان مدیران خوبی نبوده‌اند و یا خوب مدیریت نکرده‌اند.

توجیه‌هایی از قبیل اینکه دستگاههای دولتی میلیاردها تومان بدهی دارند و یا سازمانها و نهادها بدهیهای خود را نمی‌دهند و یا دولت به‌جای بدهی خود سهام کارخانجاتش را واگذار می‌کند و... نشانگر این است که به هر دلیل متولیان این سازمان در طول دوره مدیریت خود مراقبت صحیح و درستی از اموال مردم و یا بهتر بگوییم امانت‌های در دستشان که مربوط به ملت است به عمل نیاوردند و به قول عوام مثل مال یتیم با آن برخورد کرده‌اند. هیچ‌کدام از این دلیل‌تراشیها ارتباطی با کارمندان و کارگران ندارد که به همین سیستم نیم‌بند دوران بازنشستگی خود امید بسته‌اند. فلسفه وجودی سازمانهای بیمه‌ای چه به نام سازمان بازنشستگی و چه به نام سازمان تاءمین اجتماعی، ایجاد امنیت و آرامش در دورانی است که فرد دستش تقریباً از همه جا کوتاه و بشدت نیازمند حمایت و کمک است.

بارها در این یادداشت تأکید کرده‌ایم که بازنشستگی نباید دوران عذاب و مرارت و انتظار

## نامه های بدون واسطه

### چرا خودکشی؟

هر روز که می‌گذرد بیشتر آثار منفی فشار طبقاتی بر قشر نوجوان و جوان جامعه را احساس می‌کنیم. قابل عرض اینکه ما در جامعه‌ای زندگی می‌کنیم که اسلام خودکشی را یک فعل حرام می‌داند و کسی که خودکشی می‌کند را زیر پا گذارنده دین خدا می‌داند. ولی اینجا یک اما می‌ماند که چرا جوانی که در این جامعه دینی و پر از معنویت زندگی می‌کند، درس می‌خواند و به امور مذهبی هم تا اندازه‌ای آگاه است دست به این فعل حرام می‌زند؟ سازمان بهداشت جهانی، ایران را بعد از کلمبیا و هند دارای آمار بالایی در زمینه خودکشی معرفی کرده و این آمار نسبت به دو سال پیش ۲ رده صعود داشته که نشانه خوبی نیست و باید دنبال ریشه یابی مسئله رفت که چرا یک جوان پر از انرژی و متدین که روزی در میادین دفاع مقدس از جان مایه می‌گذاشت و هیچ توقعی نداشت جز رضای خدا، امروز به جایی می‌رسد که دست به یک عمل نابخردانه می‌زند که جوامع سکولار غربی هم آن را ناهنجاری تلقی می‌کنند؟

وقتی در جامعه یک روز شرایط مساوی انتخاب شغل را از تحصیل کرده‌ها می‌گیریم، روزی به پوشیدن لباس و آرایش موهایشان گیر می‌دهیم، روزی هم به موسیقی مورد علاقه آنان گیر می‌دهیم و... زمینه‌های افسردگی جوانان را فراهم می‌کنیم. در جامعه امروز فاصله طبقاتی به حدی است که عده معدودی مرفه و عده کثیری فقیر هستند و امکانات رفاهی را در دست افراد متمول می‌بینی. ورزش لوکس برای بچه پولدار، ماشین لوکس برای بچه‌پولدار، سالن لوکس برای تفریح مال بچه پولدار و... پس بقیه افراد جامعه چه کاره‌اند؟ طبق اظهارات دکتر صحراییان در یکی از برنامه‌های تلویزیونی ۸۰ درصد امکانات جامعه در اختیار ۲۰ درصد و بقیه ۸۰ درصد باقی مانده فقط از ۳/۶ درصد امکانات دولتی بهره‌مندند و جمعیت گرسنگان جامعه روند صعودی دارد.

حالا شما اقتصاددانان و جامعه‌شناسان عزیز بیایید این معادله را حل کنید که جوان تحصیل کرده، بی‌پول، بی‌پارتی چه کند؟

**محمدرضا شاهد ـ مازندران**

برای مرگ باشد. در بسیاری از کشورها دوران بازنشستگی، دورانی دلچسب و شیرین و همراه با بهترین ایام است. معمولاً همه کسانی که در طول دوران کار فرصت سفر و استراحت نداشته‌اند، در این دوره به مسافرت می‌روند و شیرین‌ترین خاطرات خود را رقم می‌زنند. ضمناً از تسهیلات خوبی هم استفاده می‌کنند. مثلاً از بلیت نیم‌بهای مترو و هواپیما و مراکز فرهنگی و تفریحی و مسائلی از این قبیل. اگر هر کارمند و کارگر بداند که در دوران از کارافتادگی به امان خدا رها نمی‌شود، بهتر کار می‌کند و سعی می‌کند در دوران کار و خدمت فقط به کارش فکر کند و این همه خود را به این‌در و آن‌در نزند.

آیا ملاحظه وضعیت امروز جامعه ایران و مناسباتی که در آن حاکم است به اندازه کافی هشداردهنده نیست؟

اینکه همه به دنبال یک کاسبی و یا تجارت جانبی باشند تا در دوران پیری به گدایی نیفتند؟!

همین دغدغه چقدر بر راندمان کاری و نیز ساعت مفید کاری و کیفیت کار کارگران و کارمندان اثر گذاشته است؟

جوان امروز و یا بهتر بگوییم حقوق‌بگیر جوان امروز در سیمای بازنشسته کشور سرنوشت فردای خود را می‌بیند و وقتی دولت و متصدیان امر را نسبت به فردای خود بدون برنامه و بی‌تفاوت ببیند، خودش دست به کار می‌شود و درحقیقت کار و فکر و تلاش اصلی‌اش را می‌گذارد برای ایجاد همان حاشیه امنیت شخصی تا در دوران پیری به افلاس نیفتد. به هرج و مرج و آشفته حالی که چنین وضعیتی برای جامعه و کار و تلاش در جامعه به‌وجود می‌آورد فکر کنید و دریابید که سرنوشت چه خواهد شد.

کوته سخن آنکه فردای شهروندان را روشن و امیدوار طراحی بکنیم. روشنی و تابندگی این فردا نقشی انکارناپذیر در موفقیت امروز ما دارد.

ابداً صحیح نیست که هر کس به هر شکل و شیوه خود با وجود دولت و قانون و نظم و نظام اجتماعی، حاشیه امنیت شخصی برای خودش دست و پا کند و به این فکر بیفتد که چون هیچ‌کس به فکرش نیست پس خودش به فکر خودش باشد، در این حالت معلوم است که حتی کار دولتی را نیز مهم تلقی نخواهد کرد و اصولاً ارزشی برای آن کار قائل نخواهد شد، چرا که فکر و ذکرش تأمین همان حاشیه امنیت است.

اگر به اثرات چنین تفکر و باوری در دستگاه اداری، در نظام تولید و صنعت کشور هم اندیشه کنیم، به‌خوبی درمی‌یابیم که آثار زیانبار چنین فکر و باوری چقدر گسترده و بزرگ خواهد بود.

آیا شما فکر نمی‌کنید رواج پدیده‌های زشتی چون رشوه، فساد، ارتشاء، اختلاس و در ساده‌ترین شکل آن کم‌کاری و بی‌دقتی و اهمال و افت شدید راندمان کار و بهره‌وری در دستگاههای اداری و شرکتها و کارخانجات دولتی که همه از آثار و تبعات زیانبارش اطلاع کافی داریم، همه و همه نتیجه همین بی‌توجهی به سرنوشت فرد در دوران سختی و گرفتاری است؟

نه سازمان بازنشستگی کشوری و نه سازمان تأمین اجتماعی حق ندارند با انتشار اخیار ناامیدکننده‌ای چون ورشکستگی و بحران مالی و... همین کورسوی امید جماعت حقوق‌بگیر را هم خاموش کنند.

مردم نباید تاوان بی‌تفاوتی و یا سوءمدیریت و یا بی‌برنامگی مسوولان را بپردازند. یادمان باشد که در سال پاسخگویی، به مردم پاسخهای درست بدهیم. پاسخهایی که امید را در دل همه زنده کند و موجد امنیت و آرامش گردد.

■

## وام قرض الحسنه می خواهم

احتراماً اینجانب رضا... متأهل و دارای یک فرزند دختر ۱۰ساله می‌باشم که پس از سالها کار و تلاش کارگری و زحمات شبانه‌روزی یک واحد آپارتمان نقلی و کوچک خریداری نموده‌ام ولیکن چون پول کافی جهت تاءمین خرید را نداشته‌ام آن را رهن داده‌ام و خودم جای دیگری مستاءجر هستم و چون درآمد اندکی دارم تاکنون نتوانسته‌ام ۸۰۰ هزار تومان پس‌انداز کنم تا به منزل خودم بروم و هر سال صاحبخانه بهای اجاره و پول پیش را بالا می‌برد و درآمدم صرفاً کفایت خرجی خانواده و اجاره‌خانه را می‌دهد. اخیراً برای کاهش هزینه‌های زندگی‌ام مجبور شده‌ام همسر و فرزند دختر ۱۰ ساله‌ام را به شهرستان بفرستم. اکنون صاحبخانه مرا جواب نموده و تقاضای پول پیش بیشتری کرده، لذا از هموطنان مؤمن و خیر خواهشمندم کسی به صورت قرض‌الحسنه مبلغ ۸۰۰ هزار تومان به اینجانب بدهد. بنده چک و سفته نیز می‌توانم تهیه نمایم و اقساط آن را تا ماهی ۵۰ هزار تومان می‌توانم بدهم، درواقع به‌جای کرایه خانه اقساط وام را می‌پردازم و تا آخر عمر دعاگوی آن انسان خیر می‌باشم.

**رضا ـ ص ـ تهرانسر**

## تسلیت

بانهایت تأسف و تأثر باخبر شدیم آقای اسماعیل حسین‌نژاد از پرسنل زحمت‌کش انتظامات اداره، در غم از دست دادن برادرش عزادار است. همچنین باخبر شدیم همکاران ارجمندمان آقایان نیاروجی، بختیاری، احمد عباسی و کمیجانی از بخش‌های شهرستانها، حسابداری، خدمات و افست ورق در غم از دست دادن عزیزان خود سوگوار شده‌اند.

به این وسیله ضمن طلب مغفرت برای عزیزان تازه گذشته، به همکاران گرامیمان تسلیت گفته و برای آنان و سایر بازماندگان محترم صبر و بردباری آرزومندیم.

**سردبیر و کارکنان مجله اطلاعات هفتگی**

## نامه به سردبیر

◇**جعفر بابایی ـ نمین** باور کنید از ارسال کارت قبلی و یا عکس و... خبر ندارم. در همین نامه‌ای هم که برای من فرستاده و گلایه کردید عکسی وجود نداشت. ضمن اینکه قبلاً هم کارتی به شماره ۴ـ۱۲۳ برای شما صادر شده که اگر به دست شما نرسیده می‌توانید مجدداً با من مکاتبه کنید و یک عکس و کپی شناسنامه همراه نامه برایم ارسال نمایید. موفق باشید.

◇**محمدباقر مجتهدی ـ ساوه** از لطف شما متشکرم. لطفاً در نامه بعدی روشن‌تر مسأله را توضیح دهید تا مطرح شود. ضمناً داستان ارسالی شما را که ضمیمه نامه بود، به مسوول صفحه قلمرو ارجاع دادم تا مورد بررسی قرار گیرد.

◇**غلامرضا رازقی ـ کازرون** درباره شاید فرار یکی از مدیران و یا نمایندگان ایران خودرو در فارس و همراه با میلیاردها تومان پول مردم خبری دریافت نکرده‌ام. در صورتی که شما از این مطلب اطلاع کامل و دقیق دارید به همراه اسناد مربوطه آن را برایم ارسال کنید تا مطرح شود. به هرحال رقمی که اشاره کرده‌اید رقم کمی نیست و حتماً باید مسأله مورد تأیید قرار گیرد تا خدای ناکرده به شایعات دامن زده نشود.

◇**علی پورمحبی ـ تهران** جدولهای ارسالی به دستم رسید. آن را به مسوول صفحه جدول برای بررسی و شرکت در قرعه‌کشی تحویل دادم. موفق باشید.

◇**ملوس مشتاق شهمیری ـ تهران** نتایج نظرسنجی اعلام شد. برای تمدید کارت خبرنگاری لازم است که کارت قبلی را تحویل دهید (البته به همراه یک عدد عکس جدید). از آقای شتی هم خبری نداریم. می‌توانید نمونه‌ای از مطالب خود را برایم بفرستید تا بررسی شود.

◇**عباس توکلی شهمیرزادی ـ قائم‌شهر** یک مطلب از شما در همین شماره به چاپ رسیده است. انتقاد شما در مورد افزایش پخش آگهی‌های بازرگانی از صدا و سیما و روند غیرمطلوب آن درست است و برخی اوقات این آگهیها آنقدر زیاد هستند که اعصابی برای تماشاچی نمی‌گذارند اما چه باید کرد؟ انشاءالله دقت می‌کنند.

◇**شکوفه جعفری ـ تهران** از لطف فراوانی که نسبت به مطالب مجله ابراز داشته‌اید صمیمانه متشکرم. امیدوارم شایسته اعتماد خوانندگان فرهنگی و خوبی چون شما باشیم. موفق باشید.

◇**پویا ـ ث ـ قیرو کازرین** کوتاهی و یا اطاله پاسخ به نامه‌های خوانندگان به مضمون نامه بستگی دارد، گاه موضوع مطرح شده در نامه باعث می‌شود که پاسخ طولانی‌تر بشود. ضمناً در صورتی که در فرم نظرسنجی چاپ شده، همه خوانندگان خواهان افزایش ستون نامه به سردبیر باشند، اقدام خواهد شد. قصه ارسالی ضمیمه نامه را هم به مسوول صفحه قلمرو داستان دادم تا مورد رسیدگی قرار گیرد. موفق باشید.

◇**طالب خسرویان ـ ایلام** برای اطلاع از چگونگی عضویت در گروه خبرنگاران بخش فرهنگی با صفحه بازتاب مکاتبه کنید. نامه شما را به همین منظور به مسوول صفحه مربوطه ارجاع دادم.

◇**حسن جعفرزاده ـ مشهد** باور کنید امکانات ما برای کمک محدود است. خدا کند ما هم آنقدر سرمایه‌دار بشویم که بتوانیم به همه کمک کنیم اما شما هم قبول کنید که همه خوانندگان مثل هم نیستند. بگذارید به یک نمونه تازه اشاره کنم:

یکی از خوانندگان مجله قبل از سال جدید با شرح حالی که ارائه داد اعلام کرد که اگر یک قرض‌الحسنه دو، سه ماهه برایش فراهم کنم زندگی‌اش نجات پیدا خواهد کرد. بنده هم او را به یکی از آشنایان معرفی کردم که مبلغ قابل توجهی قرض‌الحسنه درقبال چک به ایشان بپردازد. اما حال که چهار ماه از موعد مقرر چک می‌گذرد، نه خودش آفتابی می‌شود و نه در حسابش پولی هست و ظاهراً فراری شده و من مانده‌بودم که جواب این آشنا را چگونه بدهم؟ معادل ۳ ماه حقوقم را قرض گرفته و بابت بدقولی این خواننده بی‌تعهد و بی‌مسوولیت به آن بنده خدای وام دهنده که خودش هم گرفتاری دارد پرداختم، چرا که معرف او بوده‌ام. شما اگر جای من بودید پشیمان نمی‌شدید؟

## ایران و جهان سیاست

◆رفسنجانی: مخالف اعمال خشونت توسط نیروهای امنیتی و اطلاعاتی بودم.

◆طبرزدی از حضور در دادگاه خودداری کرد.

◆در واکنش به تصمیم مجلس درباره قرارداد همکاری ایران با شرکتهای ترک، سفر رئیس جمهوری به ترکیه به تعویق افتاد.

◆آصفی: هنوز راههای تفاهم در پرونده هسته‌ای ایران وجود دارد.

◆مصباح یزدی: برخی از مسوولان مجری نقشه‌های آمریکا هستند.

◆شاهرودی: تا رسیدن به نظام قضایی کارآمد و مطلوب، فاصله داریم.

◆سخنگوی وزارت خارجه، خروج از ان.پی.تی را در حد اظهارنظر دانست.

◆پاول: حمله نظامی به ایران در دستور کار واشنگتن قرار ندارد.

◆دکتر سروش را در قم مورد ضرب و شتم قرار دادند.

◆حجاریان: خطر یک اجلاس اضطراری درباره فعالیت‌های هسته‌ای ایران وجود دارد.

◆وزیر خارجه فرانسه از مطرح شدن پرونده هسته‌ای ایران در شورای امنیت سازمان ملل خبر داد.

◆پوتین به ایران توصیه کرد به خواسته‌های آژانس بین‌المللی انرژی اتمی پاسخ مثبت دهد.

◆تردد قایقهای توپدار انگلیسی در اروندرود افزایش یافته است.

◆با تصویب طرح جدید مجلس، طرح توسعه شبکه تلفن همراه دو سال عقب می‌افتد.

◆دیپلمات ایرانی پس از ۵۰ روز در عراق آزاد شد.

◆مرکز پژوهش‌های مجلس، طرحی برای محدود کردن اختیارات وزارت اطلاعات ارائه کرد.

◆بوش: ایران نباید به سلاح هسته‌ای دست پیدا کند.

◆وزیر بازرگانی: روح اسلامی از کالبد اصناف پر کشیده است.

◆تخریب خانه ایرج میرزا پنج کشته برجای گذارد.

◆اسرائیل عضو حماس را در دمشق ترور کرد.

◆یک بازرگان اسرائیلی برای خریداری ۵۰ درصد سهام شبکه الجزیره تلاش می‌کند.

◆وزیر دفاع عراق: ایرادی در برقراری ارتباط با اسرائیل نمی‌بینیم.

◆درپی کودتای نافرجام در سودان، تعدادی از نظامیان بازداشت شدند.

◆عربستان با بخشیدن بدهی عراق مخالفت کرد.

◆«راچارامانا» پدر بمب اتمی هند درگذشت.

◆عراق از فهرست کشورهای حامی تروریسم خارج شد.

◆کوبا خواستار احیای مجدد جنبش عدم تعهد شد.

◆مصر و آفریقای جنوبی خواستار عضویت در شورای امنیت سازمان ملل شدند.

# خاورمیانه بزرگ و تلاشهای آمریکا

حسن فتحی

آمریکا و متحدانش تمایلی به ادامه وضعیت کنونی در خاورمیانه نداشته و درصدد هستند آن را تغییر دهند، ولی سؤال این است که آیا آنها قادر خواهند بود خواسته‌های خود را به دولتهای منطقه تحمیل کرده و این دولتها و حکومتها را وادار به تغییر و دست زدن به رفرم و اصلاحات بکنند؟

خاورمیانه بزرگ که مورد توجه آمریکا، اروپا و هشت کشور صنعتی است، از **شمال آفریقا** آغاز و تا **ترکیه و ایران** ادامه می‌یابد. در این محدوده علاوه بر کشورهای عربی، باید به کشورهای غیرعرب از جمله اسرائیل، ایران، ترکیه و افغانستان نیز اشاره کرد.

طرح خاورمیانه بزرگ و درپی آن طرح صلح نقشه راه برای تشکیل کشور مستقل فلسطین، نشان از توجه کاخ سفید به این منطقه دارد، درحالی که قبلاً دولتهای جمهوریخواه توجه چندانی به خاورمیانه نداشته و دموکراتها رابطه مطلوبی با اسرائیل و حتی اعراب برقرار می‌کردند، اما این بار جمهوریخواهان درصدد هستند اثری از خود در خاورمیانه برجای بگذارند. البته دلیل توجه آمریکا و جامعه جهانی به خاورمیانه را باید در حوادث ۱۱ سپتامبر جستجو کرد.

حادثه ۱۱ سپتامبر و اقدامات تروریستی و ضدتروریستی‌ای که پس از آن شاهد بودیم، این واقعیت را آشکار ساخت که تا زمانی که قرائت **طالبانی** از اسلام در این منطقه وجود دارد، این‌گونه اقدامات نیز استمرار داشته و باید هر روزه شاهد اقدامات و فعالیت‌های تروریستی دریک گوشه از جهان باشیم.

آمریکا و متحدانش پس از حوادث ۱۱ سپتامبر به **افغانستان و عراق** لشکرکشی کردند و هر روز که می‌گذرد بر تعداد نیروهایشان در این منطقه افزوده می‌شود، اما نتوانسته‌اند با همه فشاری که وارد کرده‌اند، اوضاع را مهار کرده و مخالفین را به‌جای خود بنشانند. به همین دلیل هر لحظه در انتظار یک حرکت مخالفت‌جویانه بوده و در موضع دفاعی قرار گرفته‌اند.

طرح خاورمیانه بزرگ درحقیقت برای فرار از موقعیت کنونی و ایجاد آرامش و صلح در منطقه‌ای است که عملاً از سال ۱۹۴۸ که **اسرائیل** به‌وجود آمد، شاهد جنگ و درگیری و خونریزی بوده است. همین کشمکش‌ها طی سالیان دراز زمینه‌ساز پیدایش تفکراتی گردیده که امروزه منجر به اقدامات حاد تروریستی شده است. به همین دلیل باید شرایط تغییر کرده و با تغییر شرایط منطقه، دوستی جای دشمنی را بگیرد.

در همین راستا، اگر نگاهی به گستره جغرافیایی طرح خاورمیانه بزرگ بیندازیم، این واقعیت آشکار خواهد شد که این طرح منطقه وسیعی را دربر می‌گیرد که بسیار گسترده‌تر از خاورمیانه است.

در سالهای ۲۰۰۲ و ۲۰۰۳ نویسندگان عرب گزارش توسعه انسانی سازمان ملل، بر مواردی در ارتباط با وضعیت خاورمیانه تأکید کردند که این مسائل می‌تواند این منطقه را همواره درحال التهاب و هیجان نگه داشته و به سوی درگیری و تروریسم سوق دهد.

## آزادی زنان در خاورمیانه

در این گزارش بر فقدان آزادی، سطح پایین دانش و جایگاه نامناسب زنان در کشورهای خاورمیانه تأکید شده بود که این عوامل می‌تواند منجر به عواقبی شود و حتی منافع ملی هریک از کشورهای عضو گروه هشت را که شامل **آمریکا، انگلیس، کانادا، ایتالیا، آلمان، فرانسه، روسیه و ژاپن** می‌شود، تهدید کند.

در این گزارش بر این مسأله تأکید شده، تا زمانی که تعداد افراد محروم از حقوق سیاسی و اجتماعی و اقتصادی در خاورمیانه زیاد باشد، شاهد افزایش روند افراط‌گرایی و تروریسم و جرایم بین‌المللی و مهاجرت غیرقانونی خواهیم بود.

در این رابطه آمارهایی نیز ارائه شده که واقعیت نابسامان خاورمیانه را عیان‌تر کرده که برخی از آنها به شرح زیر است:

**۱.** جمع درآمد داخلی کشورهای بیست و دوگانه عضو اتحادیه عرب کمتر از درآمد همتای آنها در اسپانیا است.

**۲.** حدود ۴۰ درصد اعراب بالای ۱۸ سال یعنی ۶۵ میلیون نفر بی‌سوادند و زنان یک‌سوم این تعداد را تشکیل می‌دهند.

**۳.** با ورود به سال ۲۰۱۰ بیش از ۵۰ میلیون جوان وارد بازار کار می‌شوند و با ورود به سال ۲۰۲۰ این تعداد به ۱۰۰ میلیون نفر می‌رسد. از این‌رو باید حداقل شش میلیون شغل جدید ایجاد شود تا بتواند این افراد تازه‌وارد را جذب کند.

**۴.** اگر میزان بیکاری در همین سطح باشد تا سال ۲۰۱۰ تعداد بیکاران به ۲۵ میلیون نفر بالغ خواهد شد.

**۵.** یک‌سوم افراد منطقه با درآمد روزانه کمتر از دو دلار زندگی می‌کنند، برای بهبود شرایط زندگی در این منطقه باید توسعه اقتصادی به دو برابر رشد کنونی برسد. درحال حاضر این رشد معادل ۳ درصد است و باید حداقل به ۶ درصد برسد.

**۶.** تنها ۶/۱ درصد از اهالی می‌توانند از اینترنت استفاده کنند. این رقم بسیار پایین‌تر از هر جای دیگری در جهان، حتی کشورهای جنوب آفریقا است.

**۷.** زنان تقریباً ۵/۳ درصد از کرسیهای پارلمانهای عرب را دراختیار دارند. یک مقایسه ساده نشان می‌دهد که به‌طور مثال این میزان در کشورهای جنوب آفریقا ۴/۸ درصد است.

**۸.** حدود ۵۱ درصد از جوانان عرب تمایل دارند به سایر کشورها مهاجرت کنند.

این مسأله را گزارش توسعه انسانی سازمان ملل در سال ۲۰۰۲ نشان می‌دهد. بهترین مقصد برای این جوانان کشورهای اروپایی است.

**در این برنامه تأکید شده که از راههای زیر می‌توان اوضاع را بهبود بخشید:**

۱. منطقه به سوی ایجاد دموکراسی و حکومتهای شایسته ترغیب شود.

۲. جامعه‌ای فرهیخته تأسیس شود.

۳. فرصتهای اقتصادی توسعه یابد.

در طرح خاورمیانه بزرگ که آمریکا ارائه داده و رضایت برخی از کشورهای عرب را نیز به خود جلب کرده، مواردی پیش‌بینی شده که حائز اهمیت است. در اجلاس سران هشت کشور صنعتی که چندی پیش در آمریکا برگزار شد، این طرح با اندک تغییراتی مورد تأیید قرار گرفت.

جالب توجه است که طرح مزبور در اجلاس سران هشت کشور صنعتی در حضور مقامات و سران تعدادی از کشورهای عرب و خاورمیانه مورد بحث و بررسی قرار گرفت.

**از مواردی که در این طرح گنجانده شده و باید به مورد اجرا درآید، می‌توان به این مسائل اشاره کرد:**

۱. ترغیب به دموکراسی و استقرار حکومتهای شایسته.

در گزارش سازمان ملل آمده بود که در اواخر دهه ۹۰ از بین هفت منطقه در جهان، کشورهای عرب در کمترین سطح از آزادی قرار داشتند.

۲. طرح برگزاری انتخابات آزاد.

در این طرح آمده که گروه هشت می‌تواند با ابتکار عمل خاص خود، کمک‌هایی را برای مرحله پیش از انتخابات ارائه دهد.

۳. کمک حقوقی به مردمان عادی.

۴. طرح رسانه‌های مستقل.

گزارش توسعه انسانی سازمان ملل نشان می‌دهد که برای هر هزار شهروند عرب کمتر از ۵۳ روزنامه یا نشریه وجود دارد. درحالی که این آمار در کشورهای پیشرفته برای هر هزار نفر ۲۸۵ نشریه است.

۵. جامعه مدنی. کشورهای منطقه را ترغیب کنند تا به سازمانهای جامعه مدنی از جمله سازمانهای غیردولتی ویژه حقوق بشر و رسانه‌ها اجازه دهند که بدون هرگونه فشار یا محدودیتی آزادانه فعالیت کنند.

## طرح خاورمیانه

طرح خاورمیانه بزرگ شامل سه محور است. آنچه را که وانمود کردیم، محور اول را شامل می‌شد که ترغیب به دموکراسی و استقرار حکومتهای شایسته محور اصلی آن است.

محورهای دیگر که هریک نیز دارای زیرمجموعه‌هایی هستند، به این ترتیب‌اند:

- **محور دوم: ساخت جامعه‌ای فرهیخته**
- **محور سوم: توسعه فرصتهای اقتصادی**

همان‌گونه که عنوان شد، خاورمیانه بزرگ موردنظر آمریکا، اتحادیه اروپا و گروه هشت کشورهای عرب به علاوه کشورهای پاکستان، افغانستان، ایران، ترکیه و اسرائیل را شامل می‌شود.

اگرچه این طرح با برخی انتقادها و مخالفت‌ها از سوی بعضی کشورهای عرب مواجه شده، ولی حامیانی نیز پیدا کرده است.

در این ارتباط «**عمروموسی**» دبیرکل اتحادیه عرب معتقد است که قطار اصلاحات عربی به راه افتاده است، ولی در این میان دیدگاههای مختلفی درباره خاورمیانه بزرگ و اصلاحات ارائه شده است. بعضی از کشورها آن را مقابله با اسلام و اسلامگرایی عنوان کرده و درصدد مخالفت با این طرح برآمده‌اند.

مسائلی نظیر بحران فلسطین، ترویج اقدامات تروریستی در برخی مدارس دینی پاکستان، فقر و مشکلات اقتصادی توده‌ها و بی‌توجهی حکومتها به خواسته‌های مردم که با فقر و نداری دست و پنجه نرم می‌کنند، زمینه‌ساز رشد تروریسم و مخالفت با آمریکا و عضوگیری گروههای تروریستی نظیر القاعده می‌شود که با شعار اسلام و مبارزه با شیطان قدم به میدان گذارده و جوانان مسلمان را به همکاری و همفکری فرامی‌خواند.

**قرار است در آذرماه اجلاس خاورمیانه بزرگ و شمال آفریقا در مراکش برگزار شود**

این گروه و دیگر گروههای تروریستی که متأسفانه برخی از آنان نام اسلام را نیز یدک می‌کشند، از وضعیت اقتصادی قابل قبولی برخوردار بوده و مأمن و پناهگاهی برای جوانان ماجراجو و نیازمند هستند که در ازای دریافت پول، سلاح در دست گرفته و به اقدامات تروریستی روی می‌آورند. اگر اوضاع در خاورمیانه تغییر نکند، نمی‌توان امیدوار بود که این موج تروریسم مهار شده و یا از بین برود.

در روزهای اخیر جهان عرب شاهد دو نشست در ارتباط با اصلاحات در این منطقه بود. نشست وزرای اقتصادی و نمایندگان ۱۵ کشور عرب در پایتخت اردن که با همکاری و نظارت برنامه سازمان ملل برای رشد و توسعه برگزار شد و در آن، نمایندگان بر انجام اصلاحات تأکید کردند و گفتند، رشد و توسعه در برنامه‌های اداری و اجرایی در اصلاحات باید قبل از اصلاحات سیاسی صورت بگیرد. و برگزاری اجلاس بررسی طرح خاورمیانه بزرگ در مراکش، نشان از جدی بودن طرحهای رفرمیستی دارد.

در این راستا اولین اجلاس بررسی طرح خاورمیانه بزرگ، قرار است آذرماه در مراکش برگزار شود.

## اصلاحات در خاورمیانه

به گفته وزیر خارجه مراکش، این اجلاس برای بررسی و مذاکره در مورد طرح پیشنهادی آمریکا برای اصلاحات در خاورمیانه و شمال آفریقا برگزار می‌شود.

وی خاطرنشان کرد که در اجلاس مزبور هفت کشور بزرگ صنعتی به همراه تعدادی از شخصیت‌های سیاسی و مقامات حداقل ۲۵ کشور به بررسی راههای اصلاحی در خاورمیانه و شمال آفریقا می‌پردازند.

در اجلاسی که با حضور وزرای خارجه ۲۰ کشور در نیویورک تشکیل شد، مقامات غربی اعلام کرند، تمایل به اصلاحات باید از داخل کشورها آغاز شود.

در اجلاس نیویورک وزرای خارجه گروه هشت و ۱۴ کشور عربی به همراه پاکستان، افغانستان، ترکیه و دبیرکل اتحادیه عرب حضور داشتند.

برخی از کشورهایی که در این منطقه قرار دارند، اعلام کرده بودند که اصلاحات باید از داخل آغاز شود و اصلاحاتی که از بیرون بیاید، تحمیلی بوده و ممکن است با مقاومتها و واکنش‌هایی مواجه گردد. به همین دلیل برخی سیاستمداران صراحتاً بر این مسأله تأکید داشتند که اصلاحات باید از داخل سرچشمه بگیرد.

به گفته آنان اصلاحات باید از هر کشوری به‌طور فردی و جداگانه شروع شود.

به این ترتیب مشخص می‌شود که اصلاحات در خاورمیانه با وجود مخالفت‌ها و مقاومتها راه خود را یافته و درحقیقت کلید زده شده است، ولی سؤال این است که آیا این طرح چه مقدار و به چه میزان به اجرا درآمده و با پذیرش ملتها و دولتها همراه خواهد بود؟

به این دلیل که هرچند ممکن است ملتها و توده‌ها از آن طرفداری و پشتیبانی کنند، اما از آنجا که بسیاری از مواد آن مخالف حکومتها است و حکومتها را شامل می‌شود، نمی‌توان امیدوار بود که آنها به حمایت از این طرح برخاسته و درصدد اجرایش برآیند.

حکومتهای عرب خصوصاً کشورهای حاشیه جنوبی خلیج فارس که دارای حکومتهایی به شیوه قرون وسطایی هستند، همواره مردم و زنان را از حاکمیت دور کردند. این تفکر با وجود رشد آگاهی‌ها و سطح سواد ملتها، هنوز هم درمیان حکام کشورهای منطقه وجود دارد. این دیدگاه مغایر دموکراسی و مشارکت مردم در حکومت و در دست گرفتن سرنوشت به دست خودشان است. تا زمانی که چنین تفکری حاکم است و تا وقتی که فقر و تبعیض و نابرابری درمیان ملتهای مسلمان وجود دارد، نمی‌توان امیدوار شد که مشکلات موجود مهار یا ریشه‌کن شده و زمینه ظهور و بروز آن از بین برود.

گروههایی نظیر القاعده از همین توده‌ها سربازگیری می‌کنند و ثروتمندان این جوامع نیازهای مالی آنها را تأمین می‌کنند، لذا برای مهار تروریسم و یا بی‌اعتبار کردن تروریست‌ها باید ریشه آن در منطقه خشکانده شود.

# سه‌گانه

**کیان فولادی**

**در شرایطی که تقریباً تمام الگوهای جدید پوشش در ایران از آنسوی مرزها می‌آیند، چگونه می‌توان کسی را برای انتخاب یک مدل غربی ملامت کرد و دیگری را تحسین؟!**

## صد مانکن خیابانی و جشنواره

جهاد دانشگاهی دانشگاه تهران، با آنکه به ظاهر نامش چندان ارتباطی با «لباس و پوشش و مُد» ندارد، سرانجام پس از مدتها که اعتراضات فراوانی به بدحجابی‌های اخیر از هر طرف به گوش رسید و هیچ راه‌حلی گفته نشد، گامی به جلو برداشته و قصد دارد تا جشنواره‌ای برپا کند و نام جشنواره را «لباس ملی» گذاشته. و از هرکس و هر نهادی که نظری در این باره دارد درخواست کرده که نظراتش را در قالب نوشته و مقاله‌ای به این جشنواره بفرستد، تا در این جشنواره دست‌کم معلوم شود نظر صاحبنظران و یا حتی مردم عادی درباره طراحی لباس ملی برای ایرانیان چیست. آیا اصلاً چنین چیزی در ذهن مردم ایران جایگاهی دارد و آیا طرحی و ایده‌ای در این باره وجود دارد یا خیر؟ اینکه منتظر باشیم که پس از پایان این جشنواره یک لباس ملی به ایرانیان تحویل داده شود، البته انتظار به جایی نیست، اما این جشنواره در فضای پرسؤال و بی‌جواب کنونی، دست‌کم این مزیت را خواهد داشت که به آنها که در اعتراض به بی‌حجابی ساعتها حرف زدند و سطرها نوشتند، خواهد گفت که برای مقابله با آن از کجا می‌توان شروع کرد و چه ابزاری در اختیارمان هست.

فرمانده نیروی انتظامی تهران هم در آستانه هفته نیروی انتظامی وعده داده است که به‌زودی ۱۰۰ «مانکن خیابانی» که از نظر این نیرو الگوی دیگران برای بدحجابی هستند و به‌طور هدفمند و برنامه‌ریزی شده در تهران به این‌سو و آن‌سو می‌روند را از سطح شهر جمع‌آوری خواهد کرد، چرا که این عده هنجارهای پوششی، آرایشی و رفتاری جامعه را همزمان شکسته‌اند. و البته اظهار امیدواری کرده‌اند که این عمل، بحران بدحجابی را تا حد قابل توجهی کاهش دهد. هرچند ایشان به این نکته اشاره‌ای نکرده‌اند که، جدای از این ۱۰۰ نفر، عده زیادی که بدحجابی ایشان، امروز از سوی نیروی انتظامی نادیده گرفته می‌شود، در جامعه ۱۰ سال پیش ایران، به اندازه همین یکصد نفر عجیب و غیرعادی بودند (اگر در آن دوره زمانی حضور داشتند). و این صد نفر نیز اگر همچنان آزاد بمانند، تعدادشان بسیار بیشتر خواهد شد تا آنجا که تا چند سال دیگر، برای مقابله با کسانی که هنجارهای پوششی جامعه را شکسته‌اند، حتی سراغ کسانی با پوشش امروز این صد نفر هم نخواهیم رفت. به این ترتیب، هر اندازه که ابتکار جهاد دانشگاهی در برپا کردن چنان جشنواره‌ای قابل تمجید و در مقابله با بدحجابی اثرگذار خواهد بود، این طرح نیروی انتظامی، در عمل فاقد کارآیی است و یا دست‌کم زمانی می‌توان از چنین طرحهایی دفاع کرد، که برای جوانان تنوع‌طلب جامعه، دهها الگوی پوششی که دارای مقتضیات جوانی باشند نیز ارائه شده باشد. وگرنه در جامعه‌ای که تقریباً تمام الگوهای پوششی آن از آن سوی مرزهایی می‌آید که در طراحی آنها هیچ‌یک از اصول اعتقادی جامعه ما موردنظر نبوده‌اند، چگونه می‌توان میان یک مدل عجیب امروز با یک مدل عجیب فردا، فرقی نهاد و آن را ملاک مقابله و برخورد با بدحجابان قرار داد؟

## گران بخرید یا ۱۲ ضربه چاقو بخورید!

چند روز قبل رئیس اداره بازرگانی تهران، در جلسه‌ای که شورای شهر تهران هم در آن حضور داشتند، شرکت کرد تا به ایشان توضیح دهد چرا در شهر زیبای تهران، بهای میوه بسیار گران شده، تا اعضای شورا هم آن را به مردم بگویند و مردم هم راضی شوند! رئیس اداره بازرگانی تهران، مهمترین نکته‌ای را که در این جلسه برای اعضای شورا توضیح داده، شرایط عجیب حاکم بر میدان تره‌بار تهران بوده است. شرایطی که در آن نیروی انتظامی نظارت چندانی بر این میدان بزرگ که بخش اصلی میوه و تره‌بار تهران از آنجا تأمین می‌شود، ندارد و همین باعث شده، بازرس وظیفه‌شناس وزارت بازرگانی که چندی قبل برای بازرسی و یافتن متخلفین سری به این میدان زده، به هنگام بازگشت از این مأموریت کاری، ۱۳ ضربه چاقو در بدن خود ببیند. از این رو رئیس اتاق بازرگانی تهران معتقد است این میدان در قبضه ۷۰۰ یا ۸۰۰ نفر است که هرگونه که بخواهند، بر میوه‌جات و تره‌بار قیمت‌گذاری می‌کنند و کسی هم در کارشان دخالت و نظارتی ندارد. از طرفی کارشناسان وزارت جهاد کشاورزی هم مدتهاست که صدها صفحه گزارش مستند تهیه کرده‌اند که از این قیمت‌های عجیب میوه در شهرها، چیزی به کشاورزان که تولیدکنندگان این محصولاتند نمی‌رسد و اگر مردم در شهرها از گرانی میوه می‌نالند، در روستاها کشاورزان از پایین بودن بهای محصولاتشان شکایت دارند و بسیاری ادامه شرایط موجود را برای ادامه کار کشاورزی به صرفه نمی‌دانند. این‌چنین است که هم رئیس اداره بازرگانی تهران، هم شورای شهر و به تبع آنها شهرداری و وزارت بازرگانی و حتی وزارت جهاد کشاورزی نیز از شرایط موجود بر بازار میوه اطلاع کافی دارند و صدای اعتراض شهروندان خود را نیز می‌شنوند، ولی آن چند صد نفری که به قول رئیس اداره بازرگانی تهران بر میادین میوه و تره‌بار سلطنت می‌کنند و با چاقوهای تیز بر سر راه مأموران قانون ایستاده‌اند، همچنان بر صندلیهای خود نشسته‌اند و زندگی کشاورزان و جیب مصرف‌کنندگان را به بازی گرفته‌اند.

اینکه چرا در جایی که هم درد معلوم است و هم علت درد شناخته شده و هم روش درمان، هیچ کس کاری نمی‌کند، باید در سیزده ضربه چاقویی جستجو کرد که بر بدن بازرس وزارت بازرگانی نشسته است. چرا که عده‌ای سرمایه‌دار که طی سالها از دلالی میوه و تره‌بار، حسابهای بانکی خود را بزرگتر و بزرگتر کرده‌اند، امروز چنان ثروتمند شده‌اند که از اعمال خشونت و به‌کارگیری ابزار قدرت برای مقابله با قانون هم هراسی ندارند و تا کسی درمیان مدیران پیدا نشود که از پول و قدرت ایشان نهراسد و جسارتی دست‌کم به اندازه ایشان نداشته باشد، باز

هم جلساتی تشکیل خواهد شد و در آن از مشکل میوه و تره‌بار گفته خواهد شد و باز هم مهمترین نکته آن جلسات، بازگویی ضربات چوب و چماقی است که مأموران قانون خورده‌اند.

## یافتن یک رئیس جمهور خوب

هر روز که به خرداد ۸۴ نزدیک می شویم، حرفهای شفافتری از سوی سیاستمداران و گروههای سیاسی درباره انتخابات ریاست جمهوری شنیده می‌شود. اندک اندک از بین ده‌ها و صدها نام که برای نشستن بر صندلی ریاست جمهوری آینده، فهرست می‌شد، تنها تعداد انگشت‌شماری از آنها همچنان تکرار می‌شوند و چهره کاملاً پنهان کسی که قرار است ۴ سال ایران را هدایت کند، تا اندازه‌ای روشن می‌شود. هرچند هنوز احتمال اینکه فردی کمتر شناخته شده که نامش درمیان چند نام مطرح این روزها نیست، به این مقام دوست داشتنی برسد، منتفی نیست، اما با شناختی که نسبت به فضای سیاسی ایران وجود دارد، این احتمال بسیار کوچک است. حال چه یکی از همین چند نام شناخته شده به این مقام برسد و چه نامی خارج از این نامها، هنوز ۹ ماه دیگر به انتخابات باقی است و گفتن از نام و نشان نامزدهای ریاست جمهوری کمی زودهنگام. ولی در روزهای اخیر، در میدان سیاست ایران، اتفاقاتی درحال شکل‌گیری است که بی‌تردید در انتخاب مردم و نتیجه انتخابات آینده تأثیر جدی خواهد گذارد. تا پیش از شکل‌گیری مجلس جدید در خرداد ماه گذشته، مجلس و دولت ایران تا اندازه زیادی، برآمده از یک گرایش سیاسی در کشور بودند و اکثریت نمایندگان مجلس با اعضای کابینه، دوستی‌های قدیمی و عمیقی داشتند، تا آنجا که تقریباً تمام آنچه دولت می‌پسندید در مجلس به تصویب می‌رسید و دولت نیز در مسیری گام برمی‌داشت که مورد رضایت مجلس بود. این عشق و علاقه میان دو رکن بزرگ سیاسی کشور، حداقل نتیجه و اثری که داشت آن بود که کشمکش‌ها و رقابتها و درگیریهای سیاسی داخلی به کمرنگ‌ترین سطح خود در امور اجرایی کشور رسیده بود و تنها در نوشته‌های روزنامه‌ها و برخی میزگردها و اظهارنظرهای فعالان سیاسی به چشم می‌آمد. به‌طوری که اگر مروری بر اتفاقات چند ساله اخیر بیندازیم، رد صلاحیت تعدادی از نامزدهای انتخابات مجلس، برخی بازداشتها و محاکمه‌های سیاسی، ماجراهای مربوط به قتل‌های زنجیره‌ای و حادثه کوی دانشگاه، مهمترین و پرسروصداترین درگیریهای سیاسی کشور را تشکیل داده‌اند. ماجراهایی که هرچند در جای خود گاه بزرگ و تأثیرگذار بوده‌اند اما همگی در عرصه سیاست متولد می‌شده و در همان میدان هم خاتمه می‌یافتند. اما از خرداد ماه جاری به این‌سو، کسانی به مجلس شورای اسلامی راه یافتند که اکثریت آنها نه‌تنها چندان علاقه‌ای به برنامه‌ها و اعضای هیأت دولت ندارند، بلکه با بسیاری از آنها مخالفند و ادامه حضور چنین برنامه‌هایی و چنین مدیرانی را به صلاح مردم و کشور نمی‌دانند. این اختلاف سلیقه‌ها و تفاوت ذائقه‌ها اما دیگر در فضای سیاسی نیست، بلکه پس از دستیابی یک گروه سیاسی جدامانده از اهرمهای قدرت، به صندلیهای مجلس، هرچند روز یکبار این اختلاف نظرها رخ می‌نماید و چرخی از چرخهای کشور را که پیش از این هم با حرکتی آرام و بسیار متین! حرکت می‌کرد، از همان حرکت آرام هم می‌اندازد.

دولت سالها تلاش می‌کند و میلیاردها ریال هزینه تا سرانجام بزرگترین فرودگاه کشور را آماده بهره‌برداری کند، اما ناگهان مجلس به برخی قراردادهای بسته شده در این باره اعتراض می‌کند و این اعتراضات و اختلاف سلیقه‌ها تا آنجا بالا می‌گیرد که نه‌تنها فرودگاه افتتاح نمی‌شود بلکه وزیر هم استیضاح می‌شود تا در فاصله ۹ ماه مانده به انتهای کار وزیر، وزارتخانه برای پیشبرد طرحهای خود بی‌وزیر بماند. هنوز این ماجرا به پایان نرسیده که ۲ وزیر بعدی که در فهرست استیضاح قرار دارند هم معرفی می‌شوند، و همین تهدیدها و معرفی‌ها کافی است تا تمام امور در آن دو وزارتخانه هم تحت تأثیر این حادثه قرار بگیرد و کارکنان وزارتخانه‌ها به‌جای آنکه هر روز صبح از ادامه کار و وظیفه بپرسند، از سرانجام وزیر و معاونانش سؤال می‌کنند.

**سالها جمع‌آوری درآمدهای کلان برای این دلالان، جیب آنها را پر و جسارتشان را چنان زیاد کرده که دیگر هراسی از حمله به مأمور قانون و مضروب کردن او هم ندارند**

**اگر از این دریچه به ایران نگاه کنیم، شاید بتوان فهمید رئیس جمهور مناسب آینده چه کسی خواهد بود**

در جایی دیگر وزارت آموزش و پرورش اعلام می‌کند که سال جاری حدود ۹۰ هزار نیروی مازاد در اختیار دارد و نمی‌داند این ۹۰ هزار معلم مازاد را چگونه ساماندهی کند، ولی نمایندگان مجلس مصوبه‌ای می‌گذرانند که دولت را مجبور به استخدام ۳۰ هزار معلم جدید می‌کند! در این صورت اگر دولت به این قانون عمل کند، وزارت آموزش و پرورش ۱۳۰ هزار معلم مازاد بر نیاز دارد و این را باید به فهرست هزاران معلمی که نسبت به سطح حقوق و دستمزد خود اعتراض دارند اضافه کند.

دولت صدها جلسه و میزگرد برگزار می‌کند و درباره توسعه شبکه تلفن همراه، قرارداد بزرگی را با یک شرکت خارجی منعقد می‌کند، اما مجلس به خاطر سؤالات و ابهاماتی که درباره این قرارداد دارد، قانونی چند خطی وضع می‌کند که مانع اجرای این قرارداد می‌شود و هر چقدر نمایندگان دولت به نمایندگان مجلس توضیح می‌دهند که برهم خوردن این قرارداد، میلیاردها تومان خسارت به بار خواهد آورد، باز هم مجلس راضی نمی‌شود و به شک و تردید خود نسبت به این قرارداد اصرار می‌کند و وزیر ارتباطات هم پیش‌بینی می‌کند در اثر برهم خوردن این قرارداد، بهای سیم کارت تلفن همراه به ۳ میلیون تومان خواهد رسید!

قرارداد دیگری در صنعت خودروسازی ایران بسته شده و قرار شده است که بیشترین خودروی داخلی، براساس این قرارداد ساخته شود و تعدادی از آن نیز به خارج از کشور صادر شود، اما نائب رئیس کمیسیون صنایع مجلس، تهدید می‌کند که اگر این قرارداد هم آنگونه که موردنظر نمایندگان مجلس است اصلاح نشود، با قانونی دیگر، اسباب لغو آن را نیز فراهم می‌کنیم.

نکته جالب این ماجراها اینجاست که این خرده‌گیریها و دخالتهای مجلس، کاملاً براساس حقوق قانونی آنها انجام می‌شود و هیچ کس حق ندارد که مجلس را از چنین اشکال‌تراشیها و دقت نظرهایی بازدارد، از سوی دیگر، دولت هم راه خود را می‌رود و به ویژه در ماجرای استیضاح وزیر راه نشان داد که چندان تمایلی به سلیقه و ذائقه نمایندگان مجلس ندارد.

نتیجه چنین شرایطی این خواهد بود که اگر در انتخابات آینده، باز هم فرد و گروهی بر مسند ریاست جمهوری بنشینند که با سلیقه مجلس هماهنگ نباشند، قوانین ایران به‌گونه‌ای است که با ادامه این اختلاف‌نظرها، بسیاری از امور اجرایی کشور متوقف خواهد شد و بسیاری سرمایه‌ها از کف خواهد رفت. بنابراین اگر از این دریچه به انتخابات بنگریم باید دعا کنیم یا یکی از دوستان اکثریت حاکم بر مجلس رئیس جمهور شود و یا تا آن زمان فکری برای قوانین کشور شود که مانع انواع درگیریهای سیاسی و اجرایی میان دولت و مجلس شوند.

# چرا چاق هستید؟

از: دکتر حمید نجفی

چاق بودن یکی از مشکلات شایع امروز بشر است که توجه خاصی به آن می‌شود چون توجه به وزن یکی از مهمترین محورهای رسیدن به سلامتی است و چاقی بیماریهایی از قبیل دیابت، فشارخون و بیماریهای قلبی و غیره را به همراه دارد.

این درحالی است که افراد چاق می‌دانند که تغییر سیستم غذایی و یا گرفتن یک رژیم و تغییر عادتهای غذایی و کم خوردن چقدر سخت و دشوار است و همیشه این سؤال مطرح است که چه روشی بهترین خواهد بود و مطمئن‌ترین شیوه برای رسیدن به هدف کدام است و ما امروز با قاطعیت به شما می‌گوییم که مطمئن‌ترین و بهترین روش ایجاد تغییرات کوچک است که می‌توانید آنها را در برنامه‌های روزانه خود قرار دهید و در کمترین زمان به وزن و تحول خود برسید.

البته توجه داشته باشید که از بین این توصیه‌ها هرکدام را که با برنامه، سیستم کاری و زندگی شما هماهنگی بیشتری دارد و مطمئن هستید که می‌توانید آنها را به کار ببندید، انتخاب کنید تا در راه رسیدن به هدف دچار هیچ خللی نشوید و نکته آخر اینکه منتظر نباشید تا کسی برای شما برنامه‌ریزی کند بلکه بهتر است از همین امروز این توصیه‌ها را برای اجرا در ذهن خود طبقه‌بندی کنید.

## ۱. توصیه‌هایی برای خوردن!

### «همیشه خوردنی‌های خوب در بسته‌بندیهای کوچک قرار دارند»

دروقع این یک کلک ذهنی است تا به این وسیله چیزهایی را برای خوردن انتخاب کنید که کوچک و کم‌حجم باشند. البته درنظر داشته باشید که همین تکه‌های کوچک هم دارای کالری هستند، پس شما می‌توانید با خوردن یک تکه کوچک از مواد کالری‌دار از نظر روحی به این باور برسید که کالری بدن شما تأمین شده و از این تغذیه کوچک و کم‌حجم رضایت داشته باشید.

### «چاشنی زیاد مصرف نکنید»

البته اگر شما جزو آن دسته افراد هستید که به سس‌های خامه‌دار علاقه دارید، یکدفعه آنها را از برنامه غذایی خود حذف نکنید، بلکه بهتر است ابتدا نوع کم‌چرب آنها را انتخاب کنید.

### «استفاده از آب»

سعی کنید به این عادت برسید که به جای نوشابه‌های گازدار از آب استفاده کنید چون با این روش هم به وزن مناسب می‌رسید و هم سلامتتان تضمین می‌شود. البته اگر علاقه‌ای به خوردن آب خالی ندارید می‌توانید به آن مقداری آب لیمو و یا شربت میوه‌ها را اضافه کنید.

### «معجزه گیاهان»

بهتر است هر روز از گیاهان متفاوت در کنار غذای خود استفاده کنید.

شما حتی می‌توانید خودتان آنها را پرورش دهید تا از سلامت آنها اطمینان حاصل نمایید.

این گیاهان بدون اینکه کالری و چربی داشته باشند طعم خوبی به غذا می‌دهند و به‌راحتی در پشت پنجره و یا گلدان پرورش می‌یابند.

> **افراد چاق می‌دانند که تغییر سیستم غذایی و یا گرفتن یک رژیم و تغییر عادتهای غذایی و کم‌خوردن چقدر سخت و دشوار است و همیشه این سؤال مطرح است که چه روشی بهترین خواهد بود**

### «سوپ را فراموش نکنید»

یک کاسه بزرگ سوپ درست کنید و بعد آن را داخل یخچال قرار دهید تا خوب خنک شود.

این کار باعث جدا شدن چربی از غذای اصلی شده و شما با حذف چربی باقیمانده بر روی ظرف یک غذای بدون چربی و سالم خواهید داشت.

### «توصیه‌هایی برای رستوران رفتن شما»

اگر قصد دارید یک غذای آماده میل کنید بعد از سفارش غذا از پیشخدمت بخواهید تا نیمی از غذایتان را در ظرف یکبار مصرف بریزد و آن را با خود به منزل ببرید. با این کار در دو وعده غذایی یک غذای کم‌حجم و پرانرژی را مصرف کرده‌اید.

### «آنچه را که دوست دارید بخورید!»

توجه کنید که شما می‌توانید هرچه را که دوست دارید بخورید، مثلاً اگر علاقه زیادی به خوردن غذاهای شیرین دارید از میوه‌های شیرین استفاده کنید. و اگر قصد استفاده از شکلات دارید به‌جای آن توت خشک یا لواشک‌های شیرین میل نمایید.

### «موانع را بشناسید»

همیشه به دنبال یافتن موانع رسیدن به لاغری باشید. تا در مواقع بیکاری برای رفع آنها فکر کنید. همچنین بهتر است گاهی اوقات روی مواد چاق‌کننده هم مطالعاتی داشته باشید تا بتوانید در خوردن آنها به یک تعادل برسید.

### «خوردن، فقط خوردن!»

در موقع خوردن فقط سعی کنید بخورید و هیچ کار دیگری انجام ندهید. مثلاً اگر مشغول انجام کاری هستید، مطالعه می‌کنید، یا تلویزیون می‌بینید همزمان غذا نخورید چون هم از غذا خوردن لذت نمی‌برید و هم شرایط غذا خوردن (مثل آرام جویدن) را رعایت نمی‌کنید و احتمال پرخوریتان هم خیلی بالاست.

### «غذاهای جدید»

همیشه یکسری غذاهای متنوع و جدید را در برنامه غذایی خود قرار دهید و مزه چیزهای جدید را تجربه کنید. بخصوص میوه و سبزیجات تا هیچ‌گاه در حسرت خوردن آنها باقی نمانید.

### «قبل از سیر شدن...»

قبل از اینکه کاملاً سیر شوید دست از غذا خوردن بکشید چون این کار باعث می‌شود همیشه مزه غذاها در ذهن شما جالب و خوشمزه بماند.

### «غذای موقع تفریح یا کار»

برای برنامه‌های تفریحی و کاری خود حتماً مقداری غذا از منزل به همراه ببرید. زیرا با این کار نه هزینه زیادی را برای غذای بیرون از خانه پرداخت کرده‌اید و نه در خوردن زیاده‌روی نموده‌اید، چون مقدار غذای تعیین شده شما برای صرف ناهار یا شام مشخص است.

### «بازی با بچه‌ها»

ضمن بازی کردن با بچه‌ها و دویدن به دنبال آنها و حتی قدم زدن با آنها در پارک شما مقدار زیادی انرژی صرف کرده و جهش زیادی را متحمل شده‌اید بدون اینکه اراده‌ای برای انجام آن کار داشته باشید و با این کار هم شما راضی می‌شوید و هم بچه‌ها خوشنود خواهند شد.

### «خرید کنید!»

از خرید کردن به عنوان اهرمی برای کاهش وزن خود سود بجویید. مثلاً سعی کنید مسیر طولانی را پیاده بروید و یا اگر مجبور به داشتن ماشین هستید، آن را در محلی دورتر پارک کنید و ضمن پیاده‌روی تا رسیدن به مقصد از محیط اطراف خود لذت ببرید.

### «پیاده‌روی»

حتماً در برنامه روزانه خود زمانی را برای پیاده‌روی درنظر داشته باشید. و اگر زمان انجام چنین کاری را ندارید حداقل سعی در انجام حرکات ورزشی در منزل و یا محل کار خود داشته باشید.

### خود را تست کنید تا بفهمید

# روحیه شما چگونه است

از: بهاره مهرنژاد

همه می‌دانند تفاوتهای بسیاری بین زنان و مردان وجود دارد. تا جایی که وقتی از شخصی با قدرت جسمی زیاد صحبت می‌کنیم، منظور ما یک مرد است و متقابلاً وقتی شخصیتی ظریف و همراه با لطیف را مطرح می‌کنیم شخص موردنظرمان بیشتر یک زن می‌باشد اما در حقیقت تفاوتهای شخصیتی مردان و زنان را نمی‌توان به طور کامل به دو گروه تقسیم کرد چرا که در مردان، هر اندازه هم که نیروی مردانگی قوی باشد باز هم رگه‌هایی از خصایص زنانه وجود و برعکس. البته، این مساءله کاملاً طبیعی بوده و بدون شک این آثار زنانه باید در مردان کاملاً ضعیف بماند همان‌طور که در زنان نیز خصائص مردانه در حداقل مقدار ممکن قرار دارد. اما خیلی‌ها در برخی موارد پیرامون افزایش یا کاهش این خصایص در درون خود دچار تردید می‌شوند و به همین منظور شما با این تست می‌توانید بفهمید خصوصیات شما در چه وضعیتی قرار دارد بنابراین بهتر است در برابر هر سوال، یکی از پاسخ‌های «الف» یا «ب» را که بیشتر با طرز فکر شما تناسب دارد انتخاب کنید. تا ببینید جهت ترازو در خصایص شما به سمت کدام شخصیت گرایش بیشتری پیدا کرده است:

۱- آیا به افرادی که از آینده خبر می‌دهند علاقه دارید؟ الف) بله ب) نه

۲- آیا در برخی شرایط از خجالت سرخ می‌شوید؟ الف) بله ب) نه

۳- آیا از اتاق‌های تزیین شده با گل خوشتان می‌آید؟ الف) بله ب) نه

۴- آیا دوست دارید موهایتان کوتاه شود؟ الف) بله ب) نه

۵- بسیاری از مردها دوست ندارند همسرشان در کنار آن‌ها رانندگی کند. شما چطور؟ الف) بله ب) نه

۶- در کدام یک از رشته‌های ورزشی، موفقیت دارید؟
الف) ورزش‌های سبک ب) ورزش‌های سنگین

۷- آیا از خواندن مجلات علمی لذت می‌برید؟ الف) بله ب) نه

۸- از اینکه برایتان در کاغذ رنگی نامه بنویسند خوشتان می‌آید؟ الف) بله ب) نه

۹- از این دو حیوان کدامیک را ترجیح می‌دهید؟ الف) گربه ب) سگ

۱۰- آیا دوست دارید هر روز لباس‌هایتان را عوض کنید؟ الف) بله ب) نه

۱۱- آیا دنبال کردن رشد هوشی و ذهنی یک کودک برای شما جالب است؟
الف) بله ب) نه

۱۲- آیا دوست دارید در کنفرانسهای مربوط به هنر معاصر شرکت کنید؟
الف) بله ب) نه

۱۳- آیا قبول دارید زندگی بدون گذشت طرفین غیرقابل تحمل است؟
الف) بله ب) نه

۱۴- آیا با رضایت و خوشحالی نامه‌های طولانی برای دوستتان می‌نویسید؟
الف) بله ب) نه

۱۵- از اینکه زیردست یک جنس مخالف کار کنید احساس رضایت می‌کنید؟
الف) بله ب) نه

۱۶- به نظر شما عامل بروز اکثر تصادفات رانندگی چیست؟
الف) سرعت زیاد ب) احتیاط زیاد

۱۷- کدامیک از این دو هدیه برایتان خوشایند است؟
الف) یک جعبه شکلات ب) فندک

۱۸- آیا برای خرید هدیه، مدت طولانی تردید می‌کنید؟ الف) بله ب) نه

۱۹- آیا اعتقاد دارید آشپزی در دنیای امروز برای زنان برتری محسوب می‌شود؟
الف) بله ب) نه

۲۰- آیا به طور منظم از مجلات هنر و دکوراسیون استفاده می‌کنید؟
الف) بله ب) نه

۲۱- مراجعه به فالنامه برایتان سرگرم‌کننده است؟ الف) بله ب) نه

۲۲- کدام یک از دو عامل زیر در شکل‌گیری یک تمدن مؤثرتر است؟
الف) درجه آزادی زنان ب) سطح تکنیک

۲۳- آیا مهربانی باعث می‌شود بسیاری از مشکلات به خوبی حل شود؟
الف) بله ب) نه

۲۴- وقتی با خطری روبرو می‌شوید، احساس لذت می‌کنید یا نفرت؟
الف) لذت ب) نفرت

۲۵- در صورت امکان کدامیک از موارد زیر را در زندگی شغلی خود انتخاب می‌کردید؟ الف) استقلال ب) امنیت

۲۶- آیا در هنگام برخورد با دیگران به جزئیات لباس پوشیدن آنها توجه می‌کنید؟
الف) بله ب) نه

۲۷- به نظر شما جمع‌آوری کدامیک از موارد زیر جالب‌تر است؟
الف) تمبر ب) اشیای کوچک تزیینی

۲۸- آیا به سادگی تحت تأثیر یک فیلم یا برنامه نمایشی غم‌انگیز قرار می‌گیرد؟
الف) بله ب) نه

۲۹- آیا با مشاهده خون تحت تأثیر قرار می‌گیرید؟ الف) بله ب) نه

۳۰- از نبودن پرده در پشت پنجره رنج می‌برید؟ الف) بله ب) نه

۳۱- برای مطالعه کدامیک از موارد زیر را ترجیح می‌دهید؟ الف) مقاله ب) رمان

۳۲- اگر بخواهید پرخوری کنید، بیشتر از کدام خوراکی استفاده می‌کنید؟
الف) تنقلات ب) غذا

۳۳- شکل دادن یک چیز مهمتر از خود آن است؟ الف) بله ب) نه

۳۴- آیا شما هم فکر می‌کنید، عینک زیبا نیست و فرد عینکی حق دارد آن را دائم به چشم نزند؟ الف) بله ب) نه

۳۵- از دو کیفیت زیر به نظر شما کدام باارزشتر است؟ الف) خودمختاری ب) محبت

**اگر مرد هستید:** در صورتی که تعداد پاسخ‌هایتان در ستون ۱ بین ۱۵ تا ۳۰ مورد باشد شخصیت شما با جنسیت‌تان هماهنگ است و در یک کلام شما وضعیت مناسبی دارید. شما عناصر ظریفی را که باید در اختیار داشته باشید، دارید و شخصیت‌تان از ظرافت، حساسیت و درک برخوردار است. اگر تعداد پاسخ‌هایتان از ۳۰ بیشتر است از خود بسیار رضایت دارید و خیلی خوشحال هستید از این که مرد خلق شده‌اید. دقت کنید کمی ظرافت و نرمش در کارها و استفاده کمتر از تحکم سبب می‌شود شخصیتی با یکپارچگی بیشتر بدست آورید. اما اگر تعداد آن‌ها کمتر از ۱۵ است. در صورت امکان سعی کنید این میل به محفوظ ماندن و احتیاطی که در شما وجود دارد را از بین ببرید. حس عملی، روحیه استقلال و تصمیم گری را در خود زنده کنید.

**اگر زن هستید:** در صورتی که تعداد پاسخ‌ها در ستون ۲ بین ۱۵ تا ۳۰ باشد.

خوب است بدانید که وضع مناسبی داشته و به اندازه کافی از ظرافت و ملاحظه‌کاری برخوردار هستید در ضمن روحیه شما محافظه‌کارانه بوده و روحیه هنری متوسطی دارید. با این وجود زن بودن باعث نمی‌شود شما خود را به یک عروسک، یک زن پرحرف و وراج و خصوصاً کسی که خودش را در دست حوادث رها کرده است، تبدیل کنید.

اما چنانچه تعداد پاسخ‌هایتان بالاتر از ۳۰ مورد است درجه حساسیت بسیار زیادی دارید که این مسئله برای اطرافیانتان نیز به سادگی قابل تشخیص است.

همچنین اگر تعداد پاسخ‌ها در ستون ۲ از ۱۵ مورد کمتر باشد نشان‌دهنده این است که هر اندازه از لحاظ جسمی متناسب باشید ولی باز هم حالت مردانه‌ای دارید و این حالات باعث پیچیدگی در زندگی شما می‌شود. در واقع الهامات و واکنش‌های شما سبب می‌شود حالت مردانه‌ای داشته باشید. بنابراین سعی کنید برخی از این حالات را در خود از بین ببرید و ظرافت را جایگزین آن کنید.

| شماره سؤال | پاسخ‌ها ۱ | پاسخ‌ها ۲ |
|---|---|---|
| ۱ | ب | الف |
| ۲ | ب | الف |
| ۳ | ب | الف |
| ۴ | الف | ب |
| ۵ | الف | ب |
| ۶ | ب | الف |
| ۷ | الف | ب |
| ۸ | ب | الف |
| ۹ | ب | الف |
| ۱۰ | ب | الف |
| ۱۱ | ب | الف |
| ۱۲ | ب | الف |
| ۱۳ | ب | الف |
| ۱۴ | ب | الف |
| ۱۵ | ب | الف |
| ۱۶ | ب | الف |
| ۱۷ | ب | الف |
| ۱۸ | ب | الف |
| ۱۹ | ب | الف |
| ۲۰ | ب | الف |
| ۲۱ | ب | الف |
| ۲۲ | ب | الف |
| ۲۳ | ب | الف |
| ۲۴ | ب | الف |
| ۲۵ | ب | الف |
| ۲۶ | الف | ب |
| ۲۷ | الف | ب |
| ۲۸ | الف | ب |
| ۲۹ | ب | الف |
| ۳۰ | الف | ب |
| ۳۱ | ب | الف |
| ۳۲ | ب | الف |
| ۳۳ | ب | الف |
| ۳۴ | ب | الف |
| ۳۵ | الف | ب |

## خاطرات روان پزشک

### حتی شما را هم می‌تواند آزار دهد:

# پارانویا

دکتر بهمن بهروزی

## پارانویا و پارانویید

یکی از معمول‌ترین ناهنجاریهای روانی، همین پارانویا است. واژه پارانویا، از ریشه لاتین و به معنای ترس و واهمه است، اما از نقطه نظر روانشناسی پارانویا دارای معنی عامتری است. بهترین تعریفی که از پارانویا به عمل آمده بدین شرح است:

«قدرت تصمیم و عمل آدمی به صورت منظمی دچار اشکال می‌شود» این تعریف عام انواع مختلف پارانویا را دربر می‌گیرد، به دنبال این تعریف، پارانویا دارای یکسری از آثار و علائم است که پژوهشگران علم روانشناسی روی سه عامل تکیه بیشتری می‌کنند و معتقدند که یک شخص پارانویید (مبتلا به پارانویا)، معمولاً این سه مشخصه را دارا می‌باشد؛ نخست آنکه شخص دچار خیالپردازی، آنهم از نوع منفی و آزاردهنده می‌شود. دیگر آنکه یک پارانویید دارای رفتاری خصمانه است و به جبهه‌گیری می‌پردازد و سومین مشخصه هم این است که یک پارانویید به دیگران با دیده شک و تردید و سوءظن می‌نگرد. با همه این تفاصیل پارانویا از ناهنجاریهای روحی است که حتی بسیاری از مبتلایان از وجود این ناهنجاری در خود بی‌خبر هستند و رفتار خود را عادی و معمولی می‌پندارند. به همین دلیل است که عده کمی از پارانوییدها معمولاً به درمان خود اقدام می‌کنند. درمان پارانویا در برخی از موارد از طریق روانکاوی امکان‌پذیر می‌گردد، ضمن آنکه در بعضی از موارد دیگر از طریق درمان دارویی چه شیمیایی و چه گیاهی با پارانویا مبارزه می‌شود. در موارد معدودی هم که پارانویا شرایط بسیار حادی دارد، درمان از طریق بستری شدن در آسایشگاه و استفاده از الکتروشوک یا شوک برقی، انجام می‌شود.

جهت آشنایی هرچه بیشتر خوانندگان با پارانویا بهترین مصداق را موردی یافته‌ام که مدتها نقل محافل روانشناسی بود و حتی کتابی هم در این مورد نوشته شد و سعی کرده‌ام که در این مطلب به‌طور خلاصه به آن بپردازم تا شرایط یک پارانویید و مسائل غیرمنتظره و غافلگیرکننده پیرامون آن را روشن کنم. پس به پرونده پارانویید «جسیکا واتفورد» توجه کنید.

## جسیکا واتفورد

جسیکا واتفورد هم دختری بود مانند سایر دخترها که از یک زندگی عادی به دور از افراط و تفریط‌ها بسر می‌برد. جسیکا در یک خانواده متوسط اما صمیمی و خوشبخت در سال ۱۹۷۰ متولد شد. پدر و مادر جسیکا که هر دو کارمند بودند، از نظر سن بسیار دیر ازدواج کرده بودند. دلیل آنهم این بود که هر دو در خانواده‌های مهاجر و پرجمعیت که در اوائل قرن بیستم از منطقه اسکاندیناوی واقع در شمال اروپا (سوئد، نروژ، دانمارک و فنلاند) به آمریکا نقل مکان کرده بودند، به آنجا آمده بودند و در این‌گونه خانواده‌ها معمولاً نیمی از فرزندان در کشورهای اولیه و نیمی دیگر در کشور تازه پا به عرصه وجود می‌گذارند و در نتیجه نوعی نابسامانی در این خانواده‌ها وجود دارد و خیلی دیر فرزندان آنها از نظر اجتماعی به ثمر می‌رسند و مقبول اجتماع قرار می‌گیرند. هر دو پدر بزرگ و هر دو مادربزرگ جسیکا نیز با آنکه پس از مهاجرت و در آمریکا متولد شده بودند، اما آنها نیز تابع همان قانون نانوشته قرار گرفتند. نتیجه آنکه پدر و مادر جسیکا که خود فرزندان همین خانواده‌ها محسوب می‌شدند، زمانی که سرانجام خود را در اجتماع تثبیت کردند از مرز سی سالگی هم عبور کرده بودند و هنگام ازدواج پدر جسیکا ۳۸ ساله و مادرش ۳۵ ساله بودند. آنها فقط مجال یافتند که یک فرزند پس از سومین سال ازدواج خود به دنیا آورند که این فرزند هم دخترشان جسیکا بود. بنابراین پدر و مادر جسیکای خردسال در میانسالی بسر می‌بردند، اما به غایت مهربان و دلسوز بودند و هرچه که در زندگی مختصر خود داشتند، به پای جسیکا می‌ریختند. جسیکا هم علی‌رغم محدودیتهای اقتصادی که در خانواده خود مشاهده می‌کرد، به‌واقع احساس خوشبختی می‌کرد.

## زندگی تازه

اما این خوشبختی‌ها دوامی نداشت و سرانجام همان مشکل سن و سال و آغاز دیرهنگام، منجر شد به اینکه جسیکا قبل از ۲۷ سالگی هم پدر و هم مادر خود را به فاصله چهار سال از یکدیگر و براثر بیماری از دست بدهد. این تحول تأسف‌آور و ناخواسته سبب شد تا جسیکا با اوضاع و شرایط کاملاً تازه‌ای در زندگی خود مواجه شود. هرچند که او تحصیلات دانشگاهی داشته و شاغل هم بود و از نظر مالی و اقتصادی با مشکل عمده‌ای روبرو نبود، اما یک دختر تنها که تمام لحظات زندگی را در کنار پدر و مادرش آن هم با توجه و محبت بی‌شائبه آنها، گذرانده، نمی‌تواند به آسانی و در زمان کم خود را در چنین تغییر سیری، جذب کند و دچار تألمات روحی هم نشود. بنابراین نخستین علائم مشکلات روحی در همین زمانها در جسیکا شکل گرفت. جسیکا که خود تحصیلکرده بود و تفکری منطقی داشت، بدون تأمل به نزد روانشناس رفت و از او درباره شرایط خود و تفکراتی که درگیر آنها بود کمک خواست. روانشناس مذکور هم پس از چند جلسه که جسیکا را از نظر روحی و روانی مورد ارزیابی کامل قرار داد، به این نتیجه رسید که برای جسیکا زندگی بدون توجه و عاطفه از جانب شخص و یا اشخاصی که به او نزدیک هم باشند، کاملاً مشکل خواهد بود و بنابر همین نتیجه‌گیری به جسیکا توصیه کرد که روی پدیده ازدواج جدی‌تر و اساسی‌تر فکر کند، چرا که ازدواج تنها عاملی بود که وجوه موردنیاز جسیکا را از نظر روانی در خود داشت و در آن شرایط بهترین گزینه به‌شمار می‌رفت. جسیکا هم این نظریه را پذیرفت و سال بعد با جوانی که از دوران تحصیل در دانشگاه با جسیکا آشنا بود و حتی به او پیشنهاد ازدواج هم داده بود، پیوند زناشویی بست. جسیکا برای این انتخاب نیاز به فکر و برنامه‌ریزی نداشت چرا که او چندین سال بود که «تام» را می‌شناخت و اعتماد کافی به او داشت.

## زندگی زناشویی

در ابتدا زندگی برای جسیکا همان‌گونه که روانشناس پیش‌بینی کرده بود، با تحرک و انگیزه بیشتری به جریان افتاده بود و جسیکا آهسته آهسته احساس می‌کرد که همان خوشبختی که قبلاً در کنار پدر و مادرش سبب شده بود تا او خوشحال و سرزنده باشد، دوباره به او بازگشته بود. جسیکا تنها در انتظار یک واقعه دیگر بود تا همه تصویر یک زندگی پربار و موفق برای او تکمیل شود و آن به دنیا آوردن یک فرزند بود. جسیکا روی این بخش حسابی ویژه بازکرده بود و از آنجاکه خودش هم از دوران کودکی خاطرات بسیار خوشی داشت، بچه‌دار شدن را یک جریان شیرین و ارضاءکننده می‌پنداشت. اما پس از یکسال که پیشرفتی در این امر حاصل نشد، جسیکا و تام، هر دو به نزد متخصص رفتند تا از ریشه‌های مشکل آگاه شوند و پس از آزمایشهای گوناگون و متعدد بود که مشکل در جسیکا تشخیص داده شد و به او گفته شد که از راههای معمول او امکان بچه‌دار شدن را ندارد و باید از طرق جدید علمی استفاده کند، اما حتی امکانات و احتمالات تازه علم پزشکی در مقوله بچه‌دار شدن افراد نازا نیز نتوانست تا از ناراحتی که جسیکا را فرا گرفته بود بکاهد. او ناگهان خود را زنی ناقص و غیرعادی احساس کرد و همین احساس حقارت، آهسته آهسته در او تبدیل به یک عقده شد. اما این پایان ماجرا نبود. تام هم به بهانه اینکه او به دنبال تشکیل خانواده است و داشتن بچه بدون دردسر و با این پزشک و آن پزشک رفتن برایش اهمیت دارد، در سال دوم ازدواج از جسیکا جدا شد و جسیکا را با دنیایی از رنج و تألم تنها گذاشت.

## دوران تزلزل

جسیکا به سرعت در وادی افسردگی خود را غرق شده یافت و این بار حتی روانشناس هم برای او مفید واقع نشد و آنگاه علائم تزلزل روانی یک به یک در او ظاهر شد. جسیکا که دچار حقارت شده بود و تصور می‌کرد که مردم و اجتماع به او به دیده تحقیر می‌نگرند، ابتدا از مردم فاصله گرفت و سپس همین تفکرات باعث شد تا او هم نسبت به مردم دچار نوعی احساس تنفر شود و حتی قادر هم نبود تا این احساس را پنهان کند و حتی بارها این احساس را در ساعات کار روزانه، علناً بر زبان می‌آورد. و تکیه کلام او این شده بود که: «مردم مرا دوست ندارند من هم از مردم متنفرم.» این طرز تفکر و رفتار سبب شد مردمی که تا آن زمان فقط در ذهن جسیکا او را تحقیر می‌کردند، به‌واقع رفتار جسیکا را تأیید نکنند و او را در جمع خود نپذیرند. علاوه بر آن جسیکا که مشکل نازایی و

بچه‌دار نشدن را ریشه کلیه مشکلات خود تلقی می‌کرد، نسبت به کودکان و اطفال خردسال هم دچار نوعی بیزاری شد و بدتر آنکه این احساس را هم هر کجا که می‌توانست بر زبان می‌آورد و این رفتار هم خود در ایجاد تنفر در مردم نسبت به او کم‌تأثیر نبود. بدین ترتیب جسیکا از نظر رفتاری، به گفته همکاران خود که تنها مردمی بودند که با او حداقل در محیط کار برخورد داشتند، به انسانی «غیرممکن» تبدیل شده بود و دیگران را از خود فراری می‌داد. اما ناگهان اتفاقی روی داد که جسیکا را در برابر قانون نیز قرار داد و مقدمه‌ای بر تفکرات پارانویایی در جسیکا شد.

## حادثه

یک روز حوالی ظهر که جسیکا از ساختمان محل کار خود برای صرف ناهار روزانه خارج می‌شد، ناگهان کودکی که شش یا هفت ساله نشان می‌داد و مشغول بازی در آن حوالی بود و در تعقیب توپ یا وسیله بازی خود به این سوی و آن‌سوی می‌دوید با جسیکا برخورد کرد. جسیکا که از طرفی از کودکان دل خوشی نداشت و از طرفی هم برخورد با کودک رشته افکارش را که چندان هم منظم و متصل نبود پاره کرده بود، با خشونت کودک را کناری زد و بی‌توجه به راه خود ادامه داد. پس از آنکه جسیکا پس از صرف ناهار دوباره به محل کار خود بازگشت، متوجه شد که ازدحامی در برابر ساختمان ایجاد شده و آنگاه چند نفر به محض مشاهده جسیکا او را با انگشت نشان دادند و فریاد زدند: «این زن بود... این زن بود...» جسیکا متعجب به افراد مختلف نگاه می‌کرد و به‌واقع در عجب بود که جریان از چه قرار است، اما در همین گیرودار ناگهان دو افسر پلیس، از دو طرف بازوی او را گرفته و به سوی اتومبیل پلیس هدایت کردند و قبل از آنکه جسیکا موفق به اعتراض شود، یکی از آنها با صدایی بی‌تفاوت و لحنی کاملاً رسمی به او گفت: تو حق داری که ساکت باشی و حرفی نزنی و اگر حرفی بزنی بر علیه تو در دادگاه مورد استفاده قرار خواهد گرفت.» وقتی که این جمله برای جسیکا گفته شد، تازه او پی به جدی بودن ماجرا برد. در داخل اتومبیل پلیس، یکی از افسران که در قسمت جلوی اتومبیل نشسته بود به او گفت: «چند دقیقه پیش، یک دختر بچه شش ساله از برابر همین ساختمان توسط یک زن ربوده شد و چند نفر شهادت داده‌اند که شما آخرین نفری بوده‌اید که با دخترک تماس داشته‌اید و او را با خشونت به گوشه‌ای انداختید و تصور همه حاضران این است که شما این کار را کرده و بعد هم به محل کار خود بازگشته‌اید تا همه چیز را عادی جلوه دهید.» آنگاه مرد پلیس که مشخص بود درجه کارآگاهی دارد، مکثی کرد و دوباره ادامه داد: «حالا اگر اعتراف کنید خیال ما را راحت می‌کنید، اما باید دخترک را سالم به مادرش که خیلی نگران در اداره پلیس نشسته بازگردانید در اینصورت جرم شما هم کمتر شده و پس از دو یا سه سال زندان، مرخص خواهید شد.» مرد پلیس باز هم تأمل کرد تا آثار حرفهایش را در جسیکا مشاهده کند و سپس چنین ادامه داد: «سعی نکن که حاشا کنی، فایده‌ای ندارد. ما در چند دقیقه گذشته از محل کار تو و از همکاران تو تحقیقات لازم را به عمل آورده‌ایم و می‌دانیم که به جهت بچه‌دار نشدن، با بچه‌ها رابطه‌ای توأم با عشق و تنفر داری و حالا سارا (نام کودک) را ربوده‌ای که جانشین فرزند نداشته‌ات کنی، اما سارا متعلق به پدر و مادر دیگری است...» در اینجا جسیکا سخن پلیس را قطع کرد و با عصبانیت گفت: «خواهش می‌کنم ادامه ندهید، من اصلاً نمی‌دانم که راجع به چه کسی صحبت می‌کنید. من مجرم نیستم و هیچ کودکی را هم ندزدیده‌ام. شما هم هیچ مدرکی ندارید و من هم احمق نیستم، پس مرا رها کنید و به دنبال مجرم واقعی باشید و وقت من و خودتان را بی‌جهت تلف نکنید.»

> ... جسیکا اعتماد و اطمینان خود را به دنیای پیرامون خود از دست داده بود. او تنها به یک عامل اعتقاد راسخ داشت؛ اینکه اجتماع به دنبال نابود کردن او به عنوان یک بشر است...

در همین اثنا اتومبیل پلیس به مقصد رسید و پس از دستبند زدن به دستهای جسیکا او را از اتومبیل پیاده کرده و به اداره پلیس بردند.

## بازجویی

در اداره پلیس نماینده دادستان بازجویی از جسیکا را آغاز کرد. در بازجویی اول که حدود ۴ ساعت به‌طول انجامید، هیچ نتیجه‌ای به دست نیامد و جسیکا همه چیز را تکذیب کرد. سپس او را به سلول موقت بردند و پس از چند ساعت، بازجویی دوم انجام شد. جمعاً جسیکا به عنوان متهم ردیف یک در ربودن سارای شش ساله، یک هفته در بازداشت بود و در این مدت بیست بار و هر بار چند ساعت تحت بازجویی‌های طاقت‌فرسا قرار گرفت و سرانجام به دستور دادستانی به دلیل فقدان مدارک کافی از یک‌طرف و پیدا نشدن سارا چه زنده و چه مرده از طرف دیگر، جسیکا آزاد شد. اما به او دستور داده شد تا به هیچ‌وجه محدوده شهر را ترک نکند. اما تبلیغات شدیدی که بر ضد جسیکا آغاز شده بود، به مطبوعات و جراید نیز کشیده شد و همه تقریباً جسیکا را محکوم می‌شناختند و به این نتیجه رسیده بودند که جسیکا، دخترک خردسال را به دلیل عقده‌ها و ناراحتی‌های خود، از بین برده و همه به دنبال آن بودند تا جسد سارا را پیدا کنند و این بار جسیکا را به محاکمه بکشانند. جسیکا هم پس از آزادی حتی نتوانست محیط کار خود را تحمل کند و به دلیل تهمت‌ها و ناروایی‌هایی که حتی همکاران و همقطاران چند ساله نسبت به او اعمال می‌کردند، مجبور به استعفا شد. جسیکا اکنون در محیطی زندگی می‌کرد که همه رأی بر گناهکاری او داده بودند و فقط نمی‌توانستند جرم او را ثابت کنند.

جسیکا نمی‌توانست به کسی اعتماد کند. او از تمام انسانها می‌ترسید و این واهمه او را به وادی پارانویا سوق می‌داد. اما ناگهان اتفاقی افتاد که همه چیز را تحت‌الشعاع قرار داد و آن پیدا شدن سارا آن هم صحیح و سالم و تنها در یک قطار که در شرف ترک کردن ایستگاه و حرکت به‌سوی مقصد خود بود.

## تخریب روحی

آری سارا را در قطار پیدا کرده بودند، گویا ربایندگان سعی داشتند تا او را از شهر خارج کنند، اما ناگهان متوجه شده بودند که قطار مورد بازرسی پلیس قرار گرفته و آنها نیز به ناچار سارا را تنها رها کرده و خود پا به فرار گذاشته بودند. برطبق گفته‌های سارا، کسانی که او را ربوده بودند یک زن و مرد جوان بودند و وقتی که عکس جسیکا را به سارا نشان داده بودند، با پاسخ منفی سارا مواجه شده بودند. اما دو ساعت پس از پیدا شدن سارا، پلیس موفق به دستگیری ربایندگان او شد، چرا که آنان قصد خروج از ایستگاه قطار را از یک منطقه ممنوعه داشتند و پس از بازداشت، وقتی که تصویر آنها به سارا نشان داده شد، سارا ضمن تأیید چهره آنها به عنوان ربایندگان، دچار نوعی اضطراب و ترس هم شد که این خود دلیل بر گناهکار بودن زن و مرد دستگیر شده بود، اما روشن شدن جزئیات ماجرا و اثبات بی‌گناهی جسیکا و حتی عذرخواهی‌های قشرهای مختلف مردم هم نتوانست جسیکا را به شرایط عادی بازگرداند. بی‌اعتمادی نسبت به جامعه و اطرافیان به‌قدری در جسیکا قدرت گرفت که خیلی زود به یک واهمه و پارانویا نسبت به اجتماع و اطرافیان تبدیل شد. جسیکا دچار یک واهمه واقعی از اجتماع در اطراف خود شده بود و تصور می‌کرد که همه به دنبال پیدا کردن راهی برای مجرم شناختن او بودند. و وقتی که جسیکا در این تفکر اغراق را شروع کرد، آنگاه مشخص بود که او دچار پارانویا شده است، چرا که درواقع معنی پارانویا هم همین است و زمانی است که انسان در بی‌اعتمادی نسبت به انسانهای دیگر اغراق می‌کند. کار به آنجا رسید که جسیکا برآن شد تا برای اینکه مورد سوءظن قرار نگیرد و جرمی را به او نسبت ندهند، با «هندی‌کمی» که همیشه در دست خود داشت، شروع به فیلمبرداری از خودش کرد. یعنی درهرحال و در هر شرایطی این فیلمبرداری از خودش را انجام می‌داد، حتی در هنگام خواب. درواقع کار به‌جایی رسیده بود که جسیکا با قرار دادن نوارهای مخصوص هشت ساعته در هندی‌کم، هر ۲۴ ساعت از زندگی خود را در سه نوار ضبط می‌کرد سپس با قید تاریخ و ساعت هر نوار را بایگانی می‌کرد، بدین ترتیب اگر به هر دلیل از جسیکا خواسته می‌شد تا موقعیت خود را در روز، ساعت، هر دقیقه بخصوصی اثبات کند، او با مراجعه به بایگانی خود، نوار مربوط به آن روز، ساعت و دقیقه را به دست آورده و به نمایش می‌گذاشت. اما مشکل این بود که هیچ‌کس از جسیکا نمی‌خواست تا موقعیت خود را در شرایط مختلف اثبات کند و همه این تفکرات در ذهن پارانوییدی جسیکا بود. او همواره در بیم و هراس بسر می‌برد که می‌خواهند او را گناهکار جلوه دهند.

بقیه در صفحه ۵۵

# داستان زندگی

## صید

تهیه و تنظیم از: محسن طیب

زندگی اول من فقط به این دلیل به طلاق کشیده شد که شوهرم از پزشکان شنید من هرگز مادر نخواهم شد! به این ترتیب در نوزده سالگی بیوه شدم! اما انگار حق با مادر بود که می‌گفت: «انسان اگر توی آسمان و زیر هفت دریا هم پنهان بشه، عاقبت صید تقدیر میشه»! قضیه این بود که: من در یک شرکت بزرگ تجاری که با اروپا داد و ستد داشت به عنوان مترجم کار می‌کردم که با «نریمان» آشنا شدم، مردی سی و هفت ساله که بسیار باشخصیت بود و برخلاف بسیاری از مردها که تا چشمشان به یک بیوه می‌افتد، افکار حیوانی توی سرشان راه پیدا می‌کند، همیشه با من رفتاری محترمانه داشت. او که جزو مشتریان شرکت بود، همیشه در خودش غرق بود. چیزی حدود دو سال مانند دو همکار بودیم تا بالاخره یکروز معاون حسابداری که بانویی بسیار محترم بود، پیشنهاد ازدواج «نریمان» را برایم آورد. ابتدا [مانند چند خواستگاری که در طول آن سه سال برایم پیدا شده بود] بدون هیچ توضیحی «نه» گفتم، اما وقتی «خانم ق...» چند روز متوالی سعی در قانع کردن من داشت، و از آنجایی که به آن زن اطمینان قلبی داشتم، برایش توضیح دادم که من هرگز نمی‌توانم بچه‌دار بشوم و طلاق اولم نیز به همین دلیل بوده! اما برخلاف انتظارم «خانم ق...» گفت: «من از این جریان مطلع بودم... یعنی خود نریمان برام گفت! البته نمی‌دانم از کجا شنیده؟ ولی کاملاً در جریان زندگی تو هست! ولی تو در این چند روز نگذاشتی من حرفم‌رو بزنم، نریمان اتفاقاً به دلیل همین مشکل تو می‌خواد باهات ازدواج کنه!»

و بعد برایم توضیح داد که ظاهراً او نیز دقیقاً به دلیل همین مشکل تا حالا زن نگرفته... ظاهراً در جوانی از بالای نردبان افتاده و دکترها گفتن می‌تونه زن بگیره، اما هرگز نمی‌تونه صاحب فرزند بشه، یعنی پدر نمیشه! تا الان هم چند باری موقعیت ازدواج براش پیش اومده، اما هر دختری که می‌فهمید چه مشکلی داره، از ازدواج باهاش منصرف می‌شد! واسه همین هم وقتی فهمید تو هم مشکلی شبیه اون داری، پا جلو گذاشت و...»

به نظر پیشنهاد و موقعیت خوبی بود. وقتی ماجرا را با خانواده‌ام نیز درمیان گذاشتم، پدرم گفت: «اگه فکر می‌کنی نریمان مرد خوبیه، معطل نکن»! و من نیز بی‌معطلی دست به کار شدم و همسر او شدم.

○

زندگی با نریمان همان رؤیای شیرین و دور و درازی بود که همیشه در ذهنم دنبالش می‌گشتم. او مردی باشعور، مهربان، دست و دلباز و خانواده‌دوست بود. گاهی اوقات پیش خودم فکر می‌کردم «نریمان» پاداش صبر و تحمل من بوده که خداوند برایم درنظر گرفته، اما افسوس که انگار سهم من از خوشبختی، به اندازه همان چهار ماه اول زندگی مشترکم با نریمان بود!

همه چیز از آن تلفن لعنتی شروع شد؛ آن روز جمعه، من و نریمان روبروی یکدیگر نشسته بودیم و می‌گفتیم و می‌خندیدیم که تلفن زنگ زد. گوشی را «او» برداشت. یک «الو» گفت و بعد سکوت کرد. چیزی حدود یکدقیقه سکوت کرد و فقط گوش داد و بعد از اینکه گوشی را گذاشت، چهره‌اش طوری خرد شده بود که گویی بیست سال پیر شده است. هرچه هم از او پرسیدم «کی بود؟ این تلفن چی بود؟ چه خبری بهت دادن؟ کی پشت تلفن بود؟»

نریمان که اصلاً حرفهایم را نمی‌شنید، فقط به یک نقطه خیره و ساکت شد. سرانجام پس از حدود نیمساعت بی‌آنکه به حرفهای من پاسخی بدهد، یکمرتبه از جا برخاست و لباس پوشید و بی‌هیچ توضیحی از خانه خارج شد. من که معنی رفتار نریمان را نفهمیده بودم، تا شب مانند مرغ سرکنده بودم؛ هرجا را که می‌شناختم تلفن زدم، اما از نریمان خبری پیدا نکردم. تا اینکه اواخر شب بود که او به خانه آمد؛ با حالی نزار و بسیار به‌هم ریخته‌تر از صبح! به محض اینکه پایش را داخل خانه گذاشت از او پرسیدم: «قضیه اون تلفن چی بود؟ کی بهت زنگ زد و چی بهت گفتن که اینطوری شدی و...»

اما نریمان برخلاف همیشه سرم داد زد و گفت: «بهت گفتم چیزی نبود، معنی‌اش اینه که اگر هم چیزی هست، به تو مربوط نیست و دلم نمی‌خواد در موردش صحبت کنم! پس از همین لحظه دلم نمی‌خواد مدام منو سؤال‌پیچ کنی! حالیت شد؟»

باورم نمی‌شد مردی که در آن چهار ماه کمتر از گل به من نگفته بود، اینطور باهام رفتار کند. تصمیم گرفتم همان لحظه از خانه بیرون بروم. تا آن روز هیچکس با من چنان رفتاری نکرده بود؛ مخصوصاً خود نریمان که در آن چهار ماه فقط احترام و محبت از او دیده بودم. احساس می‌کردم اگر سکوت کنم و کوتاه بیایم برای همیشه تحقیر شده‌ام! به همین خاطر داخل اتاق شدم و خیلی سریع چمدانم را آماده کردم و بطرف در خانه راه افتادم که نریمان تازه متوجهم شد و جلوی در ایستاد، دستم را گرفت و گفت: «نرو بهارک... ازت خواهش می‌کنم این کارو نکن...» در کلامش چیزی بود که دلم را می‌لرزاند. نگاهش کردم و پرسیدم: «آخه چی شده مرد؟ چرا به من هیچی نمیگی؟»

او چند لحظه‌ای سکوت کرد، یکی، دوبار حتی «من و من» هم کرد، انگار مردد در گفتن بود، تا بالاخره با همان لحن رنجور و دلمرده گفت: «نمی‌تونم بهت چیزی بگم... لااقل الان نمی‌تونم... تو هم ازم چیزی نپرس... فقط... فقط ازت خواهش می‌کنم الان منو ترک نکن... الان تنهام نگذار... می‌دونم که دیر یا زود این اتفاق می‌افته!! اما الان نه... الان همین که تورو توی خونه ببینم باعث میشه آروم بشم... نرو بهارک...»

حرفهایش دلم را آتش می‌زد. نریمان مردی نبود که التماس کند، مردی نبود که از کسی طلب ترحم کند، پس چه اتفاقی افتاده بود؟ خیلی دلم می‌خواست همه چیز را از زبانش بشنوم، اما نمی‌شد... یعنی دلم نمی‌خواست آزارش بدهم. به همین خاطر نیز بی‌هیچ حرف و سخنی چمدان را داخل اتاق برگرداندم، اما تا خود صبح خواب به چشمانم نیامد. مخصوصاً این جمله‌اش مغزم را آتش زده بود: «... می‌دونم که دیر یا زود منو ترک می‌کنی اما...» چرا؟ به چه دلیل باید او را ترک کنم؟ مگر چه کرده بود که یقین داشت من به همین زودی‌ها او را ترک خواهم کرد؟ هرچه فکر می‌کردم عقلم به جایی قد نمی‌داد.

فردا صبح یک چایی خورد و از خانه بیرون زد. چند ساعت بعد که از محل کارش تماس گرفتند و کارمندانش سراغ او را گرفتند، فهمیدم که به شرکت هم نرفته. اواخر شب به خانه آمد، یک «سلام» کوتاه کرد، کمی میوه خورد و تا صبح سیگار کشید و قدم زد و سیگار کشید. برنامه‌های چهار روز بعدش نیز همین بود، صبح از خانه بیرون می‌رفت، آخرشب برمی‌گشت، سکوت می‌کرد و سیگار می‌کشید! دیگر کم‌کم داشت صبرم تمام می‌شد، بیشتر برای خودش نگران بودم تا مبادا سکته کند. آن روز تصمیم گرفتم آخرشب که برمی‌گردد هرطور شده از زیر زبانش بکشم که چه اتفاقی برایش افتاده اما...؟!

ساعت حدود ۱۰ صبح بود و داشتم «اطلاعات هفتگی» می‌خواندم که زنگ خانه را زدند. بی‌اختیار از جا پریدم، ناخودآگاه مضطرب بودم. اما هرطوری بود در را باز کردم. مقابلم دختری نوجوان - شانزده ساله - ایستاده بود که علیرغم زیبایی و قشنگی چهره‌اش، چیزی در ظاهرش بود که به محض حرف زدن آن را متوجه شدم:

«شوما خانام باهاراک هاستین»؟

آری او یک دورگه «ایرانی - خارجی» بود، این را هم از چهره و هم از شکل حرف زدنش می‌شد تشخیص داد. جواب مثبت دادم، لحظه‌ای شادی و سپس اضطراب در نگاهش موج زد و بعد گفت: «من می‌تونم چند دقیقه با شما حرف بزنم؟» با حالتی متعجب - و مهربان - گفتم: «البته، ولی... ولی می‌تونم بپرسم شما کی هستین؟» اشک توی چشمانش نشست. انگار دنبال واژه‌ای می‌گشت تا پاسخ سؤالم را بدهد و سرانجام با نگاهی ملتمس پاسخ داد: «نمی‌دونم... شاید دختر شما؟!»

برای چند ثانیه‌ای احساس کردم یک بیمار روانی بی‌آزار است، اما انگار او این حدس را از چشمانم خواند که با همان لحن و لهجه خاص ادامه داد: «به خدا من دیوانه نیستم... فقط اجازه بدهید چند دقیقه با شما حرف بزنم... اگر از من می‌ترسین داخل نمیام، همین جا جلوی در...»

این حرفش اضطرابم را کم کرد و او را به داخل تعارف کردم. روی مبل که نشست مدام چشمش به ساعت و نگاهش پر از هراس بود. حتی وقتی خواستم چیزی برای پذیرایی از او بیاورم، با صدای بغض‌آلودش گفت: «تورو خدا بنشینین... من باید زود برم... فقط به حرفهام گوش کنید»!

درخواستش را پذیرفتم، روبرویش نشستم و او قصه‌ای عجیب و تلخ و حیرت‌آور را برایم تعریف کرد! البته همان ابتدا گفت: «خواهش می‌کنم تا پایان حرفهام منو از خونه بیرون نکنین» و سپس ادامه داد:

«من اسمم «پاشا» است... من دختر «نریمان» هستم... یعنی فرزند شوهر شما [گویی برق چشمانم را دید که گفت] شما قول دادین گوش کنین... پاپای من آدم بدی نیست... او خیلی مرد خوبیه... اما خیلی بدشانس بود... پاپا سالها قبل که در آمریکا درس می‌خواند، با دختری آمریکایی به اسم کریسی آشنا شد که حالا اون زن مادر منه... ولی پاپا گول خورد... یعنی اون زن - مادر من - خیلی زن بدی بود... از اون زنهای خیلی بد! و «دائم‌الخمر» هم بود... ولی توی اون دو سال [شش ماه قبل از عروسی تا موقعی که من یکساله شدم] کارهای بدش‌رو کنار گذاشته

**براساس سرگذشت: بهارک**

# تقدیر

بود... یعنی خود کریسی میگه توبه کرده بود، اما «پاپا» همیشه می‌گفت به من کلک زد! حالا هرچی بود، از همان روزی که کریسی دوباره رفت سراغ مشروب، باز هم اون کارهای «خیلی بد»رو شروع کرد... و پاپا فهمید، چند بار سعی کرد مامان‌رو ببخشه، اما یکروز - آنطور که پاپا می‌گوید - که پاپا به خانه آمد و دید مامان «مهمان بد» داره، دعوا کرد و کریسی هم بهش گفت من اینطوری دوست دارم، اگر نمی‌خوای طلاق بگیر... پاپا هم این کار را کرد، اما وقتی اونها از هم طلاق گرفتند [آنطور که پاپا می‌گفت کار دادگاهشان یکسال و نیم طول کشید] مامان با یک وکیل توانست طبق قانون آنجا، مرا برای خودش نگه دارد. پاپای بیچاره از آن روز که من را به کریسی داد و من ۳ ساله بودم، سه سال دیگر هم آنجا ماند تا شاید بتواند مرا پس بگیرد، ولی مامان که خیلی قوی بود هرطور شد نگذاشت این اتفاق بیفتد، چون طبق قانون آنجا بابا باید هزینه زندگی مرا می‌پرداخت. تا اینکه من دوازده ساله شدم و پاپا به ایران برگشت. ولی باز هم پول می‌فرستاد و هر سال یکبار هم به آنجا می‌آمد تا مرا ببیند، چون من خیلی پاپا را دوست داشتم و او هم مرا دوست داشت. تا اینکه شش ماه قبل کریسی گفت: «پاپا دیگر تو را دوست ندارد، چون رفته زن گرفته» ولی من می‌دانستم دروغ می‌گوید. چون وقتی از معلممان در مدرسه پرسیدم، او هم که یک زن آمریکایی، اما خیلی خوب است به من گفت «پدرت حق داره ازدواج کنه تا تنها نباشه»، برای همین هم من یکروز به پاپا تلفن زدم و گفتم که «من ناراحت نیستم پاپا»! اما مامان خیلی ناراحت بود. می دانم چرا، چون پدر دیگر مثل گذشته پول زیاد برای کریسی نمی‌فرستاد! و برای همین بود که هفته قبل مامان مرا برداشت و به ایران آورد. کریسی می‌گفت اگر زن پاپا - یعنی شما - بفهمید که نریمان قبلاً زن داشته و بچه هم دارد، آن وقت شما طلاق می‌گیرید و مامان دوباره می‌تواند از پاپا پول بگیرد. الان هم کریسی به پاپا گفته شما را طلاق بدهد و دوباره به آمریکا برود و با ما زندگی کند، اما پدر نمی‌تواند، یعنی چون مامان باز هم کارهای بد می‌کند، من هم دوست ندارم پاپا ناراحت شود. اما مامان بهش گفته اگر به آمریکا نیاید، همه چیز را به شما می‌گوید! من هم دیشب وقتی از پاپا پرسیدم چرا به آمریکا نمی‌آید؟ و او گفت «چون بهارک را دوست دارم» آن وقت از پاپا که به هتل آمده بود پرسیدم «چرا همه چیز را به بهارک نمی‌گویی و کریسی را رها نمی‌کنی تا من هم با شما زندگی کنم»؟ اما پاپا گفت: «اگر زنم - یعنی شما - بفهمد که نریمان صاحب دختری می‌باشد که فقط چند سال از خود بهارک کوچکتر است، آن‌وقت شما طلاق می‌گیرید... ولی من... من حالا آمده‌ام تا به شما بگویم... [پاشا نتوانست حرفش را ادامه بدهد و به سختی گریست و هق‌هق‌کنان ادامه داد] می‌دانید، کریسی خیلی بد است... بداخلاق است... هر وقت مشروب می‌خورد مرا با چوب کتک می‌زند [و آستینش را بالا زد و کبودی بازویش را نشان داد] هر وقت هم که از آن مردها به خانه می‌آورد آنها مرا اذیت می‌کنند... حتی یکشب یکی از آن مردها وقتی دید که من حاضر نشدم سوار ماشینش بشوم، با مشت توی صورتم زد و دندانم شکست [و دهان کوچکش را باز کرد و دندان شکسته‌اش را نشان داد و ادامه داد] من همیشه شبها آنطوری که پاپا یادم داده بود «نماز» می‌خواندم و برای خودم دعا می‌کردم که به من کمک کند تا دیگر با کریسی نباشم و پاپا مرا پیش خودش ببرد، وقتی به ایران آمدیم یواشکی شناسنامه و کارنامه‌هایم را آوردم چون فکر می‌کردم پاپا مرا نگه می‌دارد، اما دیشب که پاپا گفت اگه شما بفهمین او بچه دارد از پاپا طلاق می‌گیرید، خیلی دلم شکست و امروز صبح هم - با اینکه کریسی حس کرده بود می‌خواهم به اینجا بیایم - اما همین که مامان مشروب خورد، یواشکی بیرون آمدم و از هتل ماشین گرفتم و آدرس شما را که مامان پیدا کرده بود از کیفش درآوردم تا بیایم پیش شما و بگویم که من دختر بدی نیستم... من فقط می‌خوام پیش شما باشم تا مامان مرا کتک نزند و...

**حرفهای پاشا هنوز تمام نشده بود که او نگاهم کرد و گفت: «شما دارین گریه می‌کنین؟»**

تازه متوجه شدم که تمام صورتم خیس است، اشکهایم را پاک کردم و خواستم حرفی بزنم که یکمرتبه احساس کردم زلزله آمده؛ انگار داشتند در را از پاشنه درمی‌آوردند، گیج و وحشت‌زده بودم که ناگهان فریاد عصبی و گریه بی‌محابای «پاشا» حواسم را به او جلب کرد که مانند یک بچه گربه به دور اتاق‌ها می‌دوید و اشک می‌ریخت و ضجه می‌زد و فقط می‌گفت: «دررو باز نکنین... اون اومده... «کریسی»... آمده... تورو خدا دررو باز نکنین... کریسی منو می‌کشه... اون منو با چوب می‌زنه... کریسی اومده منو بکشه... دررو باز نکنین... خواهش می‌کنم...»

حرفهای این دختر نوجوان بی‌گناه و معصوم قلبم را آتش زد. به همین خاطر درحالی که خانه داشت می‌لرزید او را در آغوش گفتم و گفتم: «به من اطمینان کن پاشا... باشه؟»

و او یکمرتبه دچار چنان «آرامش رفتاری» شد که بی‌آنکه بخواهد، به من نیز اعتماد به نفس تزریق کرد. سپس پاشا را نشاندم روی مبل و رفتم در را باز کردم؛ پشت در زنی ایستاده بود که مانند دیو تنوره می‌کشید. در نگاه و رفتارش تنفر به چشم می‌آمد و بوی تند الکل که انگار از همه بدنش به مشام می‌رسید، آزارم می‌داد. خوشبختانه آنقدر انگلیسی بلد بودم که دشنامهای زشت او را بفهمم و در پاسخش گفتم: «اگر فقط یک کلمه دیگر فحش بدهی، تو را به پلیس تحویل می‌دهم»! نام پلیس که آمد او کمی جا خورد، یعنی دشنام نداد، اما در عوض مانند یک گوریل با دست کوبید کف سینه‌ام تا مرا کنار بزند، اما جلویش ایستادم و گرفتم: «تو کی هستی... اینجا چیکار داری؟»

کریسی که انگار مغزش دراختیار الکل بود، کلمه زشتی به کار برد و گفت: «من کسی هستم که اومدم تورو نابود کنم و برگردم... حالا بگو پاشا بیاد بیرون...»

وقتی دیدم که داخل آستینش یک چوب قلمی و نیمه بلند پنهان کرده، تازه یاد وحشت آن طفل معصوم افتادم و لذا با خونسردی گفتم: «تو اجازه نداری وارد خونه من بشی، همین جا منتظر باش تا پدر پاشا بیاد و تکلیفت رو...» اما هنوز حرفم تمام نشده بود که او با چوب ضربه‌ای به گردنم کوبید و مرا پس زد و همچون یک خرس وحشی به داخل خانه دوید. داشتم از درد به خودم می‌پیچیدم که صدای جیغ وحشتزده پاشا مو بر تنم سیخ کرد و... و در آن لحظه واکنشی نشان دادم که تمام مسیر آینده زندگی‌ام را تعیین کرد! به سرعت پشت سر آن زن دویدم و همین که او چوب را بلند کرد تا به بدن پاشا - که همچون یک قناری می‌لرزید - بکوبد، دستش را روی هوا گرفتم و دست دیگرم را به گلویش رساندم و ناخن‌هایم را چنان توی پوست و گوشتش فرو کردم که او ناله‌ای کرد و چوب را انداخت زمین. بعد رفت گوشه‌ای دیگر و گفت: «تو چه حقی داری با من اینطوری رفتار می‌کنی؟ اصلاً بگو تو واسه چی بچه منو توی خونه‌ات پنهان کردی...؟»

برایم مهم نبود که آن یک جمله چه سرنوشتی برایم رقم می‌زند، فقط در آن لحظه این مهم بود که امید آن دختر را ناامید نکنم! و پاسخ دادم: «پاشا دختر منه... فهمیدی؟ اون دختر فرزند منه...»

کریسی خیلی مست بود، اما نه آنقدر که نفهمد بازی را باخته! اما با این حال همانطور که فریاد می‌کشید و شیشه‌های خانه را می‌شکست و از منزل بیرون می‌رفت گفت: «من تو و نریمان و این پاشارو نابود می‌کنم...» از در که بیرون رفت خواستم به پاشا دلداری بدهم، اما نبود، صدایش کردم، فقط نجوایش را شنیدم، دنبال صدا رفتم و دیدم که گوشه اتاق پذیرایی، پشت مبل نشسته و دستهایش را رو به آسمان گرفته و با زبان انگلیسی دعا می‌کند: «خدایا کاری بکن بهارک منو دوست داشته باشه... خدایا کاری کن که من هرگز پیش کریسی برنگردم و...»

دیگر نتوانستم خودم را تحمل کنم، خم شدم و پاشا را در آغوش کشیدم و توی گوشش زمزمه کردم: «تو هیچ کجا نخواهی رفت دخترم، اینجا خونه خودته...»

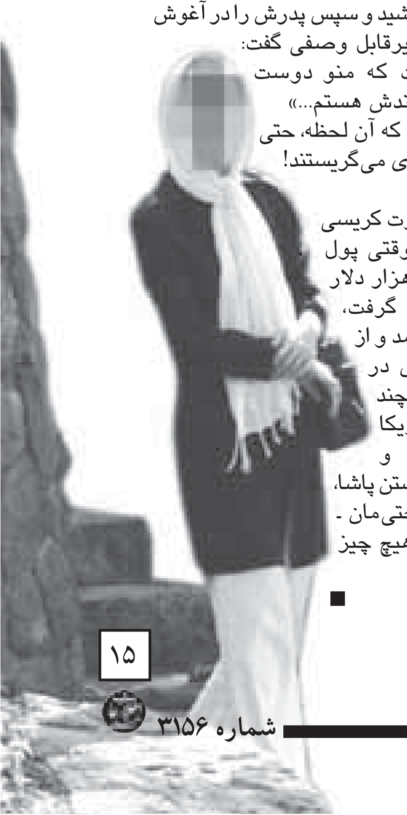
پاشا که انگار در تمام مدت عمرش چنین زمزمه‌های محبتی را از زبان یک زن - مثل یک مادر - نشنیده بود، سخت مرا بغل کرده بود و مثل کسی که هراس داشته باشد از این آغوش او را بدزدند، فقط هق هق می‌کرد و... که ناگهان در باز شد و نریمان به داخل آمد. [ظاهراً او به هتل رفته و در آنجا شنیده بود که پاشا و کریسی با آژانس هتل به آدرس خانه‌اش آمده‌اند و...] او همین که مرا دید و پاشا را در آغوشم دید، برای چند لحظه دچار احساس دوگانه‌ای شد؛ شرم توأم با شادی! و زانوانش لرزید و بغضش که شکست، پاشا متوجهش شد و درحالی که نمی‌خواست مرا نیز رها کند، کشان کشان هر دویمان را به سوی نریمان کشید و سپس پدرش را در آغوش کشید و با شادی غیرقابل وصفی گفت: «پاپا... بهارک گفت که منو دوست داره... گفت من فرزندش هستم...»

فقط خدا می‌داند که آن لحظه، حتی فرشتگان نیز از شادی می‌گریستند!

○

تمام هارت و پورت کریسی برای پول بود، او وقتی پول بلیتش را همراه ۳ هزار دلار دیگر از نریمان گرفت، به‌راحتی به دادگاه آمد و از تمام حق و حقوقش در مورد پاشا گذشت و چند روز بعد نیز به آمریکا برگشت و...؛ من و نریمان اما؛ حالا با داشتن پاشا، برای تکمیل خوشبختی‌مان - که یک فرزند بود - هیچ چیز کم نداریم!

■



# مسئولان جمهوری اسلامی مراقب باشند!

هر سال که از عمر انقلاب می‌گذرد، دنیا گمان می‌کند که ما در برپایی حکومت اسلامی با موازین شرعی و قانونی آن و پیشرفت معنوی و اعتقادی و حاکم سازی روحیهٔ دینی و عقیدتی بر جامعه، گامهای مؤثری برداشته و موفق‌تر عمل خواهیم کرد، و طبعاً جامعه و افراد حاضر در آن نیز معطر به عطر اسلام ناب محمدی خواهند بود و خود را با شرایط جامعه اسلامی وفق خواهند داد؛ اما وقتی با تمامی حصرها و قید و بندها و با دید وسیع‌تر و نگاه واقع‌بینانه، اوضاع جامعه را مورد بررسی و کنکاش قرار می‌دهیم، در می‌یابیم که بعضا از بسیاری از اصول و ارزشها و آرمانها و حرفها و حدیثهای اولیه انقلاب دور شده‌ایم و این حقیقتی تلخ و بزرگ است که باید آگاهانه با سعه صدر آن را پذیرا باشیم. آنقدر اوضاع نابسامان فرهنگی ایران تهوع‌آور و زجر دهنده شده است که دیگر همه فهمیده‌اند در ایران چه می‌گذرد و ایران از نظر فرهنگی به کجا می‌رود! آمار، این حقیقت تلخ را همیشه گوشزد کرده است و ما همیشه از کنار آن مسامحه کارانه و مقصرانه گذشته‌ایم.

در اوایل انقلاب، چقدر دختران محجبه داشتیم که هرگز چادر را حتی در محیط مدرسه دخترانه هم از سرشان بر نمی‌داشتند؟!

بد نیست بدانید در سالهای اول انقلاب تا سال ۱۳۶۸ اگرچه روند منفی استفاده از چادر رو به رشد گذاشته بود، اما این رشد بسیار نامحسوس و در مقابل افزایش جمعیت ناچیز می‌نمود. تا آن سال تعداد دخترانی که از چادر استفاده می‌کردند ۸۵ درصد در مقابل ۱۵ درصد دخترانی بود که از مانتو آنهم کاملاً پوشیده استفاده می‌کردند. خوب است اینک شما، خواهران چادری و مانتوپوشان محجبه را در کنار هم بگذارید و ببینید چقدر از جمعیت محصل دختر را تشکیل می دهند؟! آمار، تعداد دختران چادری و مانتویی محجبه را فراتر از ۱۲ درصد نمی‌داند به این می‌گویند رشد منفی ارزشها.

**در اینجا لازم است مقاله «نیکلاس کریستف» خبرنگار آمریکایی در مورد اوضاع فرهنگی ایران به طور مختصر از منظر خوانندگان بگذرد تا ابعاد وسیع تهاجم فرهنگی غرب بیش از پیش روشن گردد، زیرا ما هرگز تصور نمی‌کردیم بیست و پنج سال بعد از انقلاب، یک خبرنگار آمریکایی برای روایت مشاهده‌های خود از کشور ایران مقاله‌ای بنویسد که محور اصلی آن «شهوت انگیزی بیش از اندازهٔ پوشش ایرانی‌ها برای یک ناظر خارجی» باشد.**

اما نیکلاس کریستف از سفر خود به ایران و بعد از مشاهدهٔ زنان و دخترانی که «مانتوهای چاک‌دار و تنگ» می‌پوشند و روسری‌های کوچک آنها «بیشتر شبیه هدبند است تا پوششی برای پنهان کردن موهای رنگ شده‌شان» برای نشریهٔ معتبر «نیویورک تایمز» مقاله‌ای نوشت که در تیتر غافلگیر کننده آن نه کلماتی مثل «عفیف»، «معنوی» یا «ارزشی» که کلمه ای از دید مسئولان جمهوری اسلامی به شدت شنیع به عنوان صفت جماعت ایرانی به کار رفته بود.

نیکلاس کریستف این مقاله را در حین سفر به شیراز نوشته است. یادداشتی که در همان روزها در ستون «دیدگاه» نشریهٔ نیویورک تایمز منتشر شد. کریستف بلافاصله به سراغ اصل مطلب می‌رود. «زنان و دخترانی که نباید بدون پوشش مناسب از خانه خارج شوند، این روزها از لباسهایی استفاده می‌کنند که نه تنها جدابیت جنسی آنها را خفه نمی‌کند که آن را برجسته‌تر هم می‌کند». و توضیح می دهد که: «طبق قانون، زنان مجبور هستند، موهای سرشان را بپوشانند و به عنوان پوشش از چادر و یا مانتوی تیره رنگ که بدن‌نما نباشد، استفاده کنند، اما اینجا در شیراز، لباسهای روشن، کیپ و شهوت برانگیز مد روز است.»

وقتی نویسنده نیویورک تایمز،
پوشش دختران ایرانی را
تحریک کننده می داند، دیگر ...

او از **محمود** ... مانتو فروش بیست و پنج ساله شیرازی نقل قول می‌کند که می‌نویسد: «ما اینجا مانتوهایی می‌فروشیم که چاک کناری آنها گاهی تا زیر بغل هم می‌رسد و در قسمتهای نزدیک سینه و ران، کاملاً تنگ والاستیک هستند.»

البته کریستف فراموش نمی‌کند تا به مخاطب نوشتهٔ خود یادآوری کند که: «صاحبان این جور پوششها می‌بایست ۷۴ ضربه شلاق بخورند!!»

به نظر کریستف، نگرانی امروز مسئولان جمهوری اسلامی دربارهٔ آینده حکومت خداسالار جمهوری اسلامی، نتیجهٔ برنامه‌های سالهای اول دههٔ ۶۰ است که در آنها مردم به داشتن بچه‌های بیشتر تشویق می‌شدند. چیزی که باعث شد تا ۶۰٪ جمعیت حال حاضر ایران متولد بعد از انقلاب باشند، جمعیتی که حالا می‌خواهد بسیاری از آداب و قوانین را تغییر دهد.

او در ادامهٔ مقاله‌اش به نقل گفتگوی خود با دختر هفده ساله‌ای به نام «ساغر ...» می‌پردازد. دختری که به روایت کریستف «مانتوی تنگ و شلوار جین گلدوزی شده پوشیده بود، صورتش را با ریمل و رژ لبی که رنگ بسیار تندی داشت، آرایش کرده بود و ناخن‌هایش را با لاک رنگ‌آمیزی کرده بود» اما وقتی کریستف از او می‌پرسد: «آیا حاضری مانند دخترهای غربی لباسهای نیمه برهنه بپوشی؟» با خشم جواب می‌دهد که: «هرگز، ما هرگز آزادی به آن شکل را نمی‌خواهیم.»

کریستف از گفتگوهایش با جوانان ایرانی اینطور نتیجه‌گیری می‌کند: «آنها به درستی نمی‌دانند که چه چیزی می‌خواهند، بخصوص و بطور مشخص، مدل حکومتی ایده‌آل آنها مشخص نیست، اما وضع حاکم و قوانین مقرر را هم قبول ندارند».

او به گفت و گویش با دانشجوی بیست ساله‌ای به نام طناز ... اشاره می‌کند که ظاهری شبیه ساغر دارد و معتقد است، در ایران امکانات لازم برای خوشگذرانی وجود ندارد.

طناز قبول دارد که اوضاع نسبت به گذشته تغییر کرده، اما تاکید می‌کند که من هیچ وقت خودم را با ده سال پیش مقایسه نمی‌کنم. من خودم را با آنچه می‌توانستم باشم و الان نیستم، مقایسه می‌کنم.»

کریستف در پایان این مقاله به مسئولان جمهوری اسلامی هشدار می‌دهد که مراقب اوضاع باشند.

آنچه مشهود و محسوس است این که در چند سال اخیر تحمیل سلیقه‌ها و ارائه راهکارهای نامناسب در راستای القای ارزشهای پوششی وضع را به اینجا رسانده است.

توجه به معلول به جای علت، عدم ریشه‌یابی نابهنجاری‌ها، عدم توجه به اصل آموزش پایه‌ای و القای صحیح مفاهیم ارزشی و... از مهمترین مواردی است که در به تصویر کشیدن اوضاع کنونی جامعه مؤثراند. حضرت امام بارها تاءکید کردند که از ابتدایی شروع کنید که دانشگاه خیلی دیر است و ما همه چیز را واگذار کردیم به سالهای بعد و نسل انقلاب را تا دوران پر شر و شور جوانی رها کردیم و هیچ برنامهٔ خاص و مدون و منظمی برای کودکان و نوجوانان نداشته و نداریم. مدارس ما هرگز نتوانستند صحیح و اصولی و ریشه‌ای مفاهیم ارزشی را القاء کنند. صدا و سیما همیشه در ظواهر ماند و ریشه‌ای کار نکرد. عوامل تربیتی درست کار نکردند. در جامعه هر کسی دست کسی دیگر را نگاه کرد و بارها بر زمین ماند تا آنقدر سنگین و حجیم شد که تصور برداشتن آن ذهنیتی غیر ممکن می‌نماید.

ما پس از اتمام جنگ بهترین فرصت را برای کنترل اوضاع فرهنگی جامعه داشتیم ولی می‌بایست اصولی‌تر و ریشه‌ای‌تر کار می‌کردیم. جنگی که بر ما تحمیل شد، اگرچه ناخواسته بود، اما روحیه‌ای به جامعه تزریق کرد که سرمایه‌های عظیم به شمار می‌آمد. انسانهای الهی به وفور یافت می‌شدند و عطر آنها جامعه را معطر می‌کرد که متاءسفانه از هیچ یک از اهرمهای مناسب و موثر این راستا و سایر موارد بهره نجستیم.

بهر تقدیر آنچه مسلم است اینکه فضای امروزی جامعه ما اصلاً مطلوب یک جامعه اسلامی نیست. خیابانها پر از گناه است و غفلت و اگر بخواهیم در آینده خیابانهایی پاک و پر از ارزشهای الهی و انسانی داشته باشیم، ناچاریم به جای برخورد قهرآمیز با معلولها، علتها را شناسایی، بررسی و معدوم سازیم.

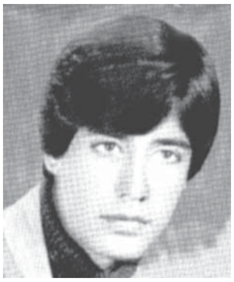
**«حسینی، یکی از خوانندگان بازتاب»**

صدای سبز بسیج
از: طاها

# شهید محمود مرتضایی

شهید محمود مرتضایی فرزند محمد در سال ۱۳۴۲ در روستای خرمدشت از توابع شهر کوهبنان کرمان به دنیا آمد و در میان خانواده‌ای معتقد و مذهبی پرورش یافت. محمود بسیار مهربان و صمیمی و اخلاق و رفتارش برای دوستان و آشنایان الگو بود.

او تحصیلات ابتدایی را در زادگاهش گذراند و سپس برای ادامه تحصیل روانه شهرستان یزد شد و تحصیلات راهنمایی را در این شهر ادامه داد. سپس برای تحصیل در مقطع متوسطه راهی شهرستان بافق از توابع یزد شد و دوران دبیرستان را در هنرستان فنی و حرفه‌ای این شهر با موفقیت به اتمام رساند. او سپس به ندای رهبر کبیر انقلاب حضرت امام خمینی(ره) لبیک گفت وبرای دفاع از میهن و نبرد با دشمن متجاوز به جبهه‌های نبرد حق علیه باطل شتافت و پس از مجاهدتهای فراوان، سرانجام در حالی که بیش از نوزده بهار از عمرش نگذشته بود، در تاریخ ۱۳۶۱/۲/۱۶ در منطقه عملیاتی شلمچه دعوت حق رالبیک گفت و به کاروان شهیدان پیوست.



پیکر این شهید سرافراز پس از رجعت، در گلزار شهدای روستای خرمدشت کوهبنان در جوار آرامگاه امامزاده زید بن علی آرامش جاودانه یافت. روحش شاد و یادش گرامی باد.

# لحظه های شیرین

بهترین لحظه‌های شیرین دوران اسارت ، همان لحظه‌های زیارت ما بود از بارگاه امامان معصوم. همه از اینکه دست خالی به ایران برنگشته بودند، خوشحال بودند.

در یکی از دیدارهای نمایندگان صلیب سرخ با ما که هرازچندگاهی صورت می‌گرفت، یکی از برادران اسیر که به عنوان مترجم با نمایندگان صحبت می‌کرد گفت: «خودم از نمایندگان صلیب سرخ شنیدم که می‌گفتند، چیزی که باعث تعجب بیش از حد ما شده این است که در هیچ جای دنیا سابقه ندارد که در یک چنین جمعی روابط گرم و صمیمانه و پر از صفا و محبت باشد. درحالی که در شرایط سخت و پررنجی هستند.»

در مورد همین مطلب نمایندگان صلیب سرخ به یکی از برادران گفت: «این یکپارچگی به خاطر داشتن هدف واحد و ایثار بچه‌هاست.»

ما اسرا در تمامی غمها و شادیهای هم شریک هستیم.

**قاسم احمدوند**

**تاریخ اسارت ۵۹/۷/۶ ـ دهلران**

# میدان مین

دستها را بسته بودند. تمام اسرا را هم در یک جا جمع کردند. در سر راه ما یک میدان مین بود. سربازان عراقی می‌خواستند از ما به عنوان پیشمرگ استفاده کنند تا راه باز شود. آنها مجبورمان کردند که شروع کنیم به دویدن و رد شدن از میدان. ما از آن میدان مین رد شدیم، اما هیچ مینی منفجر نشد. عراقیها که هم تعجب کرده بودند و هم سایه ترس تمام هیکلشان را پوشانده بود پا داخل میدان نگذاشتند.

**محمود دهقان هراتی از یزد**

**تاریخ و محل اسارت ۶۵/۱/۱۸ ـ شرهانی**

# گرامیداشت یاد شهدای جنگ تحمیلی

«هفتهٔ جنگ» هنگامهٔ سخن گفتن از حماسه آفرینی دلاورانی از سرزمین حماسی ایران است.

هنگام گرامیداشت یاران و مبارزان خستگی‌ناپذیر انقلاب که از محله‌های شهید پرور این دیار دلاور خیز قد علم کردند و به ندای حق لبیک گفتند.

مردانی از تبار خون و قیام که با ایمان و عزم پولادین خود به رویارویی با دشمن زبون برخاستند و تمام هم و غم خویش را وقف انقلاب و اسلام کردند.

آنان برای حراست از مرزهای شرف و جلوگیری از تعرض و تهاجم ددمنشانه دشمن بعثی، با یک اشاره پیرمراد، خود را به جبهه‌های نبرد حق علیه باطل رفتند تا بتوانند با خصم نابکار شب‌زده مقابله کنند و از حریم غیرت و عزت جمعی این سرزمین پاسداری نمایند.

روزگاری بود که جوانان سلحشور و مؤمن و خداجوی، برای تحقق اهداف و آرمان انقلاب با کمترین امکانات و ملزومات جنگی به سوی دشمن هجوم می‌بردند و با ندای ملکوتی الله اکبر بر قلب سپاه باطل می‌تاختند و ما امروز تمام عزت و آبروی کشور خود را مدیون قهرمانانی هستیم که مخلصانه و صادقانه خود را زیر تانکهای دشمنان می‌انداختند.

آن سبز قامتان سرخپوش، برای رسیدن به معبود خود لحظه شماری می‌کردند تا هر چه زودتر جام آسمانی شهادت را که لبریز از عشق، ایثار و محبت و سرشار از شهود و شهادت بود، مشتاقانه و بی‌صبرانه لاجرعه سر کشند و تا بی‌نهایت آبی عشق به پروازی ملکوتی در آیند. این چنین است که ما امروز به حرمت آن خونهای پاک و پاسداشت حرمت حریم بزرگمردان عرصه جنگ و یادگاران جانباز و ایثارگر آن روزگاران، نباید اجازه دهیم تا بیگانگان به هر نحوی از انحاء در کشور اسلامی ما رسوخ کنند وسعی در گمراه کردن و فریفتن جوانان فهیم ما و فریب آنان به زعم باطل خود نمایند.

البته بیشتر جوانان دیار ما از طیف تحصیلکرده و دارای مدارج دانشگاهی بوده و همگی پشتیبان نظام مقدس جمهوری اسلامی ایران هستند. از این روی تا کشورمان چنین افراد صالح و نیک‌سرشتی در دامن پرمهر خود دارد. می‌تواند در کمال افتخار و سرافرازی به وجود این عزیزان غیرتمند ببالد و امیددشمنان این آب و خاک را نقش بر آب کند، و هرگز اجازه نخواهد داد تا کسانی از سر غفلت یا تعمد با حرکات و رفتار نامعقول خود باعث تضعیف نظام مقدس جمهوری اسلامی شوند.

ما باید برای حفظ ارزشهای انقلاب، همچنان که مقام معظم رهبری بارها فرموده‌اند، همیشه خود را مدیون خون شهداء بدانیم و از آنان و رشادتهایشان به نیکی یاد کنیم که به فرموده ایشان: «زنده نگهداشتن یاد شهدا کمتر از شهادت نیست».

**علی اکبر فرقانی**

**خبرنگار مجله اطلاعات هفتگی**

# مراسم محفلی با شهدا در اندیشه

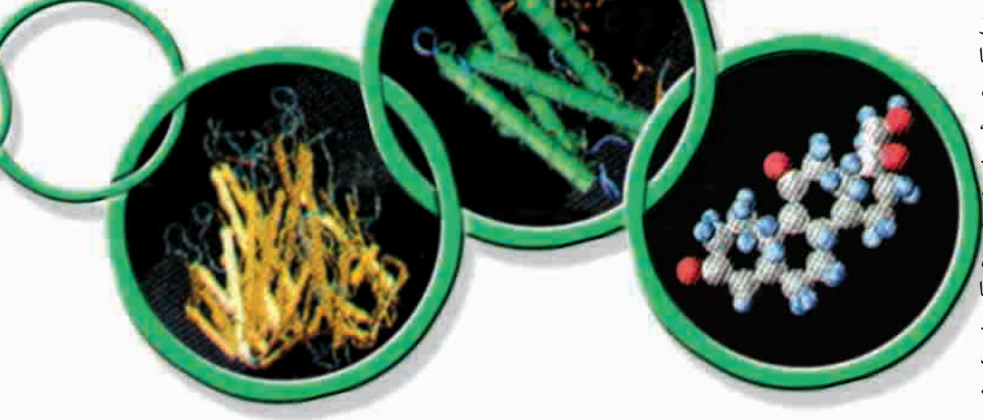
○ مراسم محفلی با شهدا با حضور شهردار، اعضای شورای شهر و عده زیادی از بسیجیان و فرماندهان حوزه هفت پایگاه شهید بهشتی فاز دوم اندیشه برگزار شد.

در این مراسم سرهنگ سلیمی فرمانده کل بسیج حوزه هفت پایگاه شهید بهشتی طی سخنانی از ایثارگری‌های رزمندگان دوران جنگ تحمیلی و ۸ سال دفاع مقدس به بزرگی یاد کرد. و در پایان این مراسم هم از خانواده‌های شهدا تجلیل به عمل آمد.

### دلایل چاقی ورای تصورات ما:

# آنچه باید درباره چاقی بدانید

برگردان: بهروز بهرامی



## گزارش رنگی

### کشف بزرگ، اما

در سال ۱۹۹۴ یکی از بزرگترین دستاوردهای علم پزشکی در قرن، هیجان عجیبی در میان مردم آغاز کرد. پژوهشگران در دانشگاه راکفلر در نیویورک، با انجام آزمایش روی موشهایی که تا سه برابر، نسبت به موشهای دیگر جثه بزرگتری پیدا کرده بودند، عاملی را که باعث این تفاوت شده بود، کشف کردند. درواقع فقدان هورمونی موسوم به «لپتین» باعث چاقی در موشها شده بود. آنگاه زمانی که لپتین به موشهای چاق تزریق شد، ناگهان اشتهای آنها کاهش پیدا کرد و همپای آن وزن آنها نیز کمتر شد. اما تحقیقات بعدی، هیجان عمومی را تبدیل به یأس کرد. انسانهایی که تصور می‌کردند با تزریق لپتین بتوانند وزن خود را به میزان دلخواه کاهش دهند، متوجه شدند که برخلاف موش این عامل فقط روی بخشی استثنایی از مردم می‌تواند مؤثر واقع شود. آنهم انسانهایی است که میزان چاقی در آنها از حد متعارف خارج شده باشد. برای مثال یک دختر انگلیسی که تنها در ۹ سالگی، ۹۴ کیلوگرم وزن داشت، توانست از تزریق لپتین بهترین استفاده ممکن را به دست آورد. مشکل بزرگی که محققان و پژوهشگران را با بن‌بست مواجه کرده بود، طرز تلقی و برداشت آنها از سلولهای چربی بود. آنها سلول چربی را نوعی مهاجم به بدن آدمی تلقی می‌کردند که بدن خود، اگر کمک لازم را دریافت کند با آن مانند هر مهاجم دیگری مبارزه می‌کند. درحالی که واقعیت غیر از این است، سلولهای چربی نیز مانند سلولهای دیگر، مثل گلبول قرمز، جزئی از بدن می‌شوند و شروع به تقابل با سایر بخش‌های بدن می‌کنند. خلاصه اینکه دو نوع پیام از بدن دریافت می‌شود. یا سیر است و یا گرسنه. ما انسانها تمایل فراوانی داشتیم به اینکه پدیده خوردن را یک عمل داوطلبانه تلقی کنیم، اما حقیقت این است که مقدار غذایی که آدمی مصرف می‌کند، به وسیله میزان چربی در بدن او کنترل می‌شود. در نتیجه جستجو برای درمان چاقی همواره با شکست مواجه می‌شود، کار به آنجا رسید که اگر از هر متخصصی سؤال می‌شد تا بهترین راه را برای از دست دادن وزن اضافی توضیح دهد، او بی‌درنگ پاسخ می‌داد، غذای کمتر و ورزش بیشتر. اما اکنون ما به‌مراتب درک بهتری از جریان چاقی در انسان پیدا کرده‌ایم و حداقل متوجه شده‌ایم که چرا جستجو برای درمان تا این حد مشکل به نظر می‌رسید و اینکه باید افکار خود را به کدام سوی متمرکز کنیم تا به دلایل و درمان چاقی دست یابیم و همچنین به این تشخیص برسیم که در برخی چاقی یک واکنش طبیعی از سوی بدن آنها است تا آثار منفی را که روی سلامتی تأثیر می‌گذارد کاهش دهند.

> هر انسانی به‌طور میانگین دارای چهل میلیارد سلول چربی است، اگر این سلولها رو به افزایش گذارند، از آنجا که از میان بردن آنها تقریباً امکان‌ناپذیر است، حامل پیامی شامل هشدار و اعلان خطر برای آدمی می شوند

### سلول چاقی

جریان از پدیده‌ای به نام سلول چربی آغاز می‌شود. سلولی کروی شکل و درخشان و آنقدر کوچک که به تعداد یک میلیون از آنها نیاز داریم تا بتوانیم داخل یک حبه کوچک انگور را انباشته کنیم، اما این سلول علی‌رغم جثه کوچک، دائماً درحال فعالیت است و مانند یک کارخانه مواد شیمیایی همواره موادی را جذب و تولید می‌کند و نسبت به شرایط مختلف بدن واکنش نشان می‌دهد. در این میان بسیاری از عناصر حیاتی بدن نیز با سلولهای چربی در ارتباط دائمی هستند، مغز، معده، لوزالمعده، جگر و تیروئید از آن جمله به‌شمار می‌روند. سیستم سلولهای چربی حتی میلیونها سال قبل از آنکه بشر مواد غذایی چاق‌کننده را شناسایی کند، در آدمی به‌وجود آمد و به یک بخش طبیعی از بدن آدمی تبدیل شد. به قول یکی از پژوهشگران در مدرسه پزشکی هاروارد: «به همین دلیل است که برای بیشتر انسانها، اضافه کردن وزن به‌مراتب آسان‌تر از کاستن آن است، چراکه در تاریخ بشریت، یافتن غذا خود یکی از اهداف برای بقا به‌شمار رفته است.»

حال واقعیت این است که زمانی که میزان کالری که داخل بدن می‌شود بیشتر از کالریهای خروجی باشد، سلولهای چربی متورم می‌شوند و حتی به شش برابر اندازه قبلی خود می‌رسند، آنگاه در این حالت آنها شروع به زاد و ولد و افزایش می‌کنند. برای مثال در یک انسان بزرگسال به‌طور متوسط چهل میلیارد سلول چربی وجود دارد و در صورت فزونی کالری ورودی بر کالری خروجی، این مقدار تا یکصد میلیارد افزایش می‌یابد. (قابل توجه اینکه در هنگام از دست دادن وزن جثه سلولهای چربی کوچکتر می‌شود و در نتیجه کمتر در متابولیسم بدن مجال شرکت پیدا می‌کنند، اما تعداد آنها کاهش پیدا نمی‌کند) حال در صورت افزایش تعداد سلولهای چربی، مشکلاتی چند عارض بدن می‌شوند. برخی از این مشکلات فقط مکانیکی هستند، یعنی فقط در طرز کار اعضای بدن دخالت دارند. برای مثال سلولهای چربی زیاد از حد به نقل و انتقال بیشتری در رگهای بدن نیاز دارند (در مقایسه با بدن لاغر که ظرفیت معمول رگها برایش کافی است). در نتیجه، این نقل و انتقال سنگین، فشار مضاعف را روی رگهای اصلی و خون‌رسان باعث می‌شود. از مشکلات دیگر فشار روی مفاصل است که خستگی زودتر از معمول را در آدمی باعث می‌شود، ضمن آنکه شرایط تنفس هم به جهت جمع شدن سلولهای چربی در اطراف لوله‌های تنفسی، مشکل‌تر می‌شوند.

اکنون بیشتر از هر زمان دیگری پژوهشگران بیوشیمی موجود در سلولهای چربی و در نتیجه اضافه وزن را با امراض مختلف ارتباط می‌دهند. نارسایی‌های قلبی، دیابت و حتی انواع بخصوص از سرطان‌ها. لپتین هم یکی از چند عمل شیمیایی تولیدشده توسط سلولهای چربی به‌شمار می‌رود. از جمله عوامل دیگر باید عامل لخته‌کننده خون، عامل افزاینده فشارخون و همچنین عوامل تورم را نام برد. به گفته یکی از محققین: «بدن آدمی نیز مانند

وضعیت دنیا است، اگر منابع سوخت را در دنیا کنترل کنیم روی بسیاری از عوامل و پدیده‌های دیگر در جهان تأثیر خواهیم گذاشت و در بدن هم اگر روی سلولهای چربی کنترل اعمال کنیم، بسیاری از عوامل دیگر را نیز تحت تأثیر قرار می‌دهیم.»

## مثبت و منفی

تضاد و تناقض در آثار سلولهای چربی روی بدن کم نیست. برای مثال یکی از پدیده‌هایی که بر پژوهشگران اثبات شده این است که سلولهای چربی می‌توانند نوعی سیستم مصونیت در بدن ایجاد کنند. این مصونیت در جایی که سلولهای چربی اجتماع می‌کنند، به صورت تورم جلوه می‌کنند. درست مثل تورمی که براثر ایجاد عفونت در بدن ایجاد می‌شود. اما همین تورم که در جایی تأثیر مثبت تلقی می‌شود در قلب و یا رگهای خون‌آور به قلب، به عنوان یکی از مشکلات و نارسایی‌های قلبی شناخته می‌شود. برای مثال رگهایی که خون را به قلب می‌رسانند در اثر حضور کلسترول که یکی از عوامل چربی است، ظرفیت انتقال خون را از دست می‌دهند.

یکی دیگر از آثار مخرب سلولهای چربی در بدن، تخریبی است که براثر افزایش گلوکز که نوعی ماده قندی است، در رگهایی است که در اطراف چشم به انتقال خون می‌پردازند. گلوکز باعث خشکاندن رگها شده که براثر نرسیدن خون، انسان دچار نابینایی می‌شود. این افزایش گلوکز درواقع همان قند یا دیابت است که خود مشکلات عدیده ایجاد می‌کند.

## مشکل چاقی مهم است

یکی از مهمترین دستاوردهایی که اخیراً در مورد سلولهای چربی در بدن حاصل شده، این پدیده غیرمنتظره است که سلولهای چربی در بخش‌های مختلف در بدن، واکنش‌های مختلف نشان می‌دهند. به عبارت دیگر، چگونگی پخش و پراکنده شدن سلولهای چربی در بدن روی سلامتی آدمی تأثیر غیرقابل انکاری ایجاد می‌کنند.

چربی که در قسمت‌های تحتانی بدن مانند اطراف لگن خاصره و رانها تجمع پیدا می‌کند و به‌اصطلاح باعث گلابی شکل شدن بدن انسان می‌شود، کم‌اثرتر است و در متابولیسم بدن دخالت چندانی ندارد. در عوض چربی که در اطراف شکم و بالاتنه تجمع پیدا می‌کند، از گونه‌ای است که خود را درگیر متابولیسم بدن می‌کند و تأثیر منفی روی سلامتی انسان می‌گذارد. همچنین چربی در ناحیه بالاتنه به‌مراتب بیشتر از سایر بخش‌های بدن در ایجاد دیابت و فشارخون بالا مؤثر نشان داده است.

نکته ناراحت‌کننده اینجاست که اتفاقاً چربی در نواحی بالاتنه به‌مراتب مشکل‌تر کنترل می‌شود و یا کاهش آن برای آدمی مشکل‌تر است تا چربی در بخش‌های پایین‌تر از کمر که به‌راحتی می‌توان آنها را کاهش داد.

## سؤال بزرگ: چگونه وزن کم کنیم

تمام کشف‌ها و دستاوردها در مورد وضعیت چربی در بدن و اطلاعات نسبتاً کاملی که عاید انسان شده، هنوز نتوانسته تا به‌طور کامل، سؤال بزرگ و اصلی را که در اذهان آدمیان قرار داشته و دارد را پاسخ دهد و آن چگونگی کم کردن وزن بدون دغدغه و به سهولت می‌باشد. هنوز هم بسیاری از پژوهشگران امیدوارند تا برای کاهش وزن یک راه میان‌بر پیدا کنند. البته لپتین که شرح آن قبلاً رفت، می‌تواند یکی از پدیده‌های مهم در این باره تلقی شود. اگر بتوان کارایی عمومی در مورد لپتین را افزایش داد، می‌توان امیدوار بود که افراد کم و بیش بتوانند وزن ثابتی برای خود به دست آورند، بدون اینکه تلاش خسته‌کننده‌ای اعمال کنند.

پروفسور شوارتز در این باره می‌گوید: «یک انسان می‌تواند در سال یک میلیون کالری مصرف کند و در پایان سال دو کیلوگرم افزایش و یا کاهش در وزن نشان دهد. این انسان در کنترل وزن خود بیشتر از ۹۹ درصد موفق بوده است. یعنی کالری وارد شده و کالری خارج شده برای او در تعادل نسبی بسر برده‌اند. اما کسانی که در بدن خود اصلاً لپتین تولید نمی‌کنند، بدون کنترل غذا مصرف می‌کنند و علاوه بر آن لپتین متابولیسم بدن را در ضرباهنگ تندتری تثبیت می‌کنند، در صورتی که فقدان لپتین باعث متابولیسم آهسته در بدن می‌شود، بنابراین لپتین فقط روی غذا خوردن تأثیر نمی‌کند.»

## مقاومت

یکی از تحقیقاتی که در مورد فقدان لپتین در افراد با مشکل اضافه وزن انجام می‌گیرد و فرضیه تازه‌ای را مطرح کرده است، درباره مقاومت برخی در برابر ورود لپتین یا لپتین‌سازی در بدن است. برطبق این فرضیه، مغز انسان در مورد افزایش لپتین واکنشی نشان نمی‌دهد. این مورد هنوز از نظر علمی اثبات نشده، اما اگر روزی به اثبات برسد، آنگاه باز هم مشکل دیگری در راه کنترل وزن برای آدمی ایجاد می‌شود. و بعد تازه علم پزشکی باید به دنبال یافتن مکانیزمی باشد که مقاومت در برابر لپتین را در انسان از میان بردارد.

## عوامل دیگر

فراموش نشود که لپتین فقط یک بخش از عوامل و پدیده‌های مهم در کنترل تغذیه و وزن به‌شمار می‌رود. بدن دارای مکانیزم‌های متعددی است که آنها نیز در مورد پدیده خوردن و یا اشتها به‌گونه‌ای دخالت دارند. یکی از این پدیده‌ها هورمونی موسوم به گرلین است. این هورمون وظیفه فرستادن علائم ویژه خوردن به مغز را برعهده دارد. هر زمان که شکم آدمی خالی است گرلین وظیفه دارد تا به مغز علامت دهد تا عمل خوردن را به سیستم اعصاب آدمی دستور دهد و هر زمان که شکم انسان سیر شد، آنگاه همین هورمون وظیفه دارد تا علامت سیر بودن را به مغز فرستاده و مغز هم دستور نخوردن را به بدن انسان ارسال می‌کند. حال در یک سری از آزمایشهایی که انجام شده، با استفاده از دستگاه فرستنده علائم الکتریکی، با شکل مصنوعی به مغز علامت سیر بودن فرستاده شد و مغز هم دستور نخوردن را به بدن آدمی صادر کرد، این درحالی بود که شکم پر نبود و درواقع به خاطر کاهش وزن و خلاصی از وزن اضافی علائم دروغین به مغز فرستاده شد.

علاوه بر هورمونی که ذکر شد قسمتی از مغز هم وجود دارد که به آن مراکز لذت در مغز می‌گویند. خوردن درحقیقت نوعی از اعمال لذت‌آور برای انسان تلقی می‌شود و برای این‌گونه اعمال، بخش ویژه‌ای از مغز به فعالیت می‌پردازد. اگر بتوان در دستورهای مغز به بدن آدمی درخصوص خوردن به عنوان یک عمل لذت‌آور، نوعی ممانعت یا تخریب به‌وجود آورد، آنگاه شاید بتوان نسبت به کاهش وزن امیدواری بیشتری اعمال کرد. این ممانعت هم باید به کمک وسایل الکترونیکی یا مکانیکی و یا حتی ابزار روانشناختی مانند هیپنوتیزم صورت گیرد.

## سلول پرقدرت

سخن آخر آنکه سلولهای چربی، از پرقدرت‌ترین پدیده‌های بدن انسان به‌شمار می‌روند و تاکنون هرگونه مبارزه شیمیایی با این‌گونه سلولها نه‌تنها به پیروزی کامل منجر نشده، بلکه اغلب با شکست هم مواجه شده است. نتیجه آن شده که بسیاری از مردم به‌ویژه زنان و دختران با رژیم‌های غذایی نادرست و غیرعلمی سعی کرده‌اند تا بر سلول چربی یا نماینده آن که همانا اضافه وزن است غلبه کنند، اما تنها موردی که بدان موفق شده‌اند، معده‌های خالی با ترشحات اسیدی پرقدرت بوده که به نوبه خود به امراض مختلفی چون زخم معده، گاستروئید، و یا نارسایی‌های تیروئیدی منجر شده است. بنابراین با توجه به اینکه بسیاری از فرضیه‌ها هنوز در حد و حدود آزمایش و تجربه باقی مانده، بهتر است که به گفته همان پژوهشگران عمل کرد که بهترین راه برای کاهش وزن را در کمتر خوردن و ورزش بیشتر دانسته‌اند. البته فعلاً!

بقیه در صفحه ۵۵

## مشاور خانواده

**مشاور تحصیلی:**
یکشنبه از ساعت ۱۱ الی ۱۵
**مشاور خانوادگی:**
همه روزه از ساعت ۱۰ الی۱۲
**مشاور حضوری:**
با تعیین وقت قبلی
**مشاور ازدواج وتحصیلی:**
زهرا طرقیان (کارشناس مشاوره)
فریبا جعفریان نمینی (کارشناس ارشد روانشناسی)
بهمن بهروزی (روان‌پزشک)
فرزانه صداقت (کارشناس ارشد روانشناسی)
**تلفن تماس: ۲۲۲۶۲۵۰**

از این پس علاقمندان به مشاوره با آقای دکتر بهروزی می‌توانند روزهای چهارشنبه از ساعت ده صبح تا یک بعدازظهر به صورت تماس تلفنی با شماره ۲۲۲۶۲۵۰ و روزهای پنجشنبه (از ساعت ۱۴-۱۷) مشاوره حضوری با ایشان داشته باشند.

### مشاوره ازدواج و خانواده

# مشکلی به نام اختلاف سن در ازدواج

**زهرا طرقیان**

□پسری ۲۸ ساله و کارمند شرکتی هستم و در آن شرکت با همکارم که دختری متین و خوش برخورد و درعین حال وظیفه‌شناس است می‌خواهم پیمان زناشویی ببندم زیرا در مدت دو سالی که در آنجا کار می‌کنم آشنایی نسبی با خصوصیات او و خانواده‌اش پیداکرده و او را از هر جهت مناسب برای زندگی مشترک یافته‌ام تا جایی که به همراه خانواده‌ام به خواستگاری‌اش نیز رفته‌ام.

من همیشه اهل مطالعه بوده و روی مسأله اشتراک فکری و همچنین تناسب خانوادگی و فرهنگی که روان‌شناسان تأکید می‌کنند حساسیت داشته‌ام و در این مورد هم سعی کرده‌ام با منطق و عقل انتخاب بکنم، اما موضوعی که باعث نگرانی‌ام می‌شود فاصله سنی ما است چرا که او حدود شش ماه از من بزرگتر است و چون پدر و مادرم همسن بودند و زندگی زناشویی موفقی نداشتند، من فکر می‌کنم این مسأله برای ما هم مشکل‌ساز بشود. آیا نگرانی من بیهوده است؟

■ **از اینکه با دقت‌نظر و با چشمان باز به انتخاب شریک زندگی‌تان می‌پردازید جای خوشبختی است** و ما هم توصیه‌مان گزینش عاقلانه و سنجیده است نه انتخاب احساسی و غیرمنطقی. بسیاری از جوانان اندیشمند ما اکنون به همین نتیجه رسیده‌اند که برای تشکیل خانواده‌ای سالم و ازدواجی موفق بایستی سنجیده و آگاهانه عمل کنند، به همین دلیل بسیاری از آنها همانند شما قبل از ازدواج با مشاورین خانواده و روان‌شناسان مشاوره می‌کنند زیرا انجام این مراحل از فروپاشی خانواده‌ها و ناامن شدن فضای زندگی مشترک جلوگیری نموده و به استحکام آن می‌افزاید. درواقع نوعی پیشگیری از وقوع نابسامانیها و فروپاشی‌های خانوادگی است.

اما در مورد تناسب سنی که در این انتخاب از نظر شما چندان قابل قبول نیست و نگرانیهایی را سبب شده، باید بگویم هرچند وجود تناسب سنی در ازدواج موفق بسیار لازم است و تجربه نشان داده که خانمها اگر جوانتر از آقایان باشند بهتر است ولی با توجه به اینکه با فرد موردنظرتان فقط شش ماه اختلاف سن داشته و در زمینه‌های دیگر تناسب و همخوانیهای مناسبی دارید، دورنمای مساعدی برای رسیدن به تفاهم و رفاقت در زندگی مشترک وجود دارد.

می‌دانید که پس از ازدواج، کوشش زوجین برای آبیاری و مراقبت از نهال نوپای زندگی و گذشت و فداکاری و احترام متقابل و همچنین همدلی و همفکری می‌تواند تفاهم و درک متقابل را پایه‌ریزی کند، بنابراین زندگی عاشقانه زوجین نیز به دنبال کوششی است که منجر به تفاهم و همدلی آنها می‌شود.

در انتخاب شما **دو عامل مهم وجود دارد:**

نخست کشش و پذیرش اولیه و متقابل،

دوم تناسبات خانوادگی، فکری، فرهنگی، طبقاتی، تحصیلی و...

باز هم توصیه ما این است که شتابزده و بدون شناخت کافی حرکت نکرده وسعی کنید روابط خانوادگی را گسترش دهید تا با توجه به آگاهیهایی که کسب می‌کنید برای آغاز زندگی مشترک تصمیم بگیرید.

■

چون پدر و مادرم همسن بودند و زندگی زناشویی موفقی نداشتند، من فکر می کنم این مسأله برای ما هم مشکل ساز بشود

---

### مشاوره

# چطور کودک تیزهوش را بشناسیم؟

قسمت دوم

**از: حکیمه آقایی ـ کارشناس ارشد روانشناسی**

همانطور که حتماً شما هم برخورد کرده‌اید، وقتی پا به خانه هر ایرانی می‌گذارید که فرزندی در مراحل اولیه رشد دارد، می‌شنوید که «**بچه من با بچه‌های دیگر خیلی تفاوت دارد و اصولاً تیزهوش است.**» اما متأسفانه خیلی از خانواده‌ها از علائم دربر گیرنده یک کودک تیزهوش بی‌خبر هستند به همین منظور ما در شماره پیشین برای شما گفتیم که کودک تیزهوش در تمامی زمینه‌ها با دیگر همسالان خود دارای تفاوتهای اساسی است و از آنجا که ممکن است هر خانواده‌ای دارای فرزندی تیزهوش باشد برای اینکه در آینده افسوس کشف نشدنش را نخورد بهتر است که این سلسله مطالب را دنبال کرده تا به یک تشخیص دقیق و علمی پیرامون این موضوع دست پیدا کنید.

البته به‌طور کلی خانواده‌های دارای کودک تیزهوش معمولاً در هنگام تولد و یا درخلال سال اول زندگی نمی‌توانند خصوصیات ممتاز کودک را تشخیص دهند، چرا که وزن این کودکان اکثراً در هنگام تولد بین ۳۵۰ تا ۴۰۰ گرم بیشتر از افراد عادی بوده و بیشتر این کودکان از شیر مادر تغذیه می‌کنند و تکلم در دختران تیزهوش تقریباً از ۱۱ ماهگی و در پسران در سن یازده ماه و نیم آغاز می‌شود، اما ۲۰ درصد این کودکان قبل از پنج سالگی و تقریباً ده درصد این کودکان قبل از چهار سالگی قادر به خواندن هستند.

همچنین کودکان تیزهوش از نظر قد، قدرت و سلامت جسمانی و حتی از نظر زیبایی و انرژی عضلانی وضع بهتری نسبت به همسالان خود دارند.

این کودکان در سنین بالا به صورت روشنی از نظر جسمانی و عقلانی از همسالان خود که دارای هوش متوسط می‌باشند پیش می‌افتند و از آنجا که همیشه بین سلامتی جسمانی و تعادل روانی ارتباط مستقیم وجود دارد، لذا از لحاظ روانی نیز این دسته از کودکان نسبت به افراد عادی در اجتماع برتری خواهند داشت.

البته این کودکان در امور یادگیری علاقه وافر نشان داده و عشق و علاقه زیادی به خواندن و نوشتن دارند، علاقه به خواندن، کتابهای داستان و کتب مختلف، نقاشی، موسیقی، تفریحات سالم و بازیهای دسته‌جمعی مخصوصاً با افراد بزرگتر از خود از خصوصیات دیگر، این کودکان به‌شمار می‌رود.

کودکان تیزهوش بسیار مرتب و منظم و دوست داشتنی هستند و در فعالیت‌های اجتماعی نظم و علاقه‌مندی خاصی از خود نشان می دهند

در ضمن برجستگی خاص آنان در خواندن و زبان بوده و تعجبی ندارد که افراد تیزهوش معمولاً وارد مشاغلی می‌شوند که نیازمند هوش، خلاقیت و

# راه‌های جداکردن کودک از شیر مادر

**فریبا جعفریان نمینی**

مادری ۲۵ ساله، دیپلمه و خانه‌دار هستم. حدود دو ماه است که قصد دارم دختر دو سال و شش ماهه‌ام را از شیر بگیرم اما هر کاری کردم موفق نشدم.

**َاز چه روشی برای از شیر گرفتن دخترتان استفاده کرده‌اید؟**

َبه توصیه اطرافیان سینه‌ام را چسب زدم و به دخترم گفتم که زخم شده، اما بعد از چند روز بی‌تابی، من تسلیم شدم و او دوباره شروع به شیر خوردن کرد.

یکبار هم از مواد رنگی استفاده کردم، اما این روش هم مؤثر نبود، خواستم شیشه و یا پستانک را جایگزین شیر خودم بکنم، اما او خوشش نیامد و آنها را نخورد.

**َرشد جسمانی و نحوه غذا خوردن دخترتان چگونه است؟**

َبه لحاظ رشد جسمانی او در حد طبیعی بوده و از سلامت کامل برخوردار است. علاوه بر این او اصلاً بدغذا نمی‌باشد و همه چیز را می‌خورد. من فکر می‌کنم که شیر خوردن برای دخترم به شکل یک عادت و یا بازی درآمده است.

**َدر یک شبانه‌روز او چند دفعه شیر می‌خورد و هر بار زمان خوردنش چقدر طول می‌کشد؟**

َاو در روز پنج الی شش بار شیر می‌خورد و زمانش در حدود ۱۰ الی ۱۵ دقیقه می‌باشد، ضمن اینکه هنگام شب نیز سه بار برای شیر خوردن بیدار می‌شود آن هم در حدود ۱۰ دقیقه است.

َهمان‌طور که اشاره کردید، در این سن، شیر خوردن برای دخترتان به شکل عادت و بازی درآمده است، اما بهترین روش برای از شیر گرفتن کودکتان روش کم کردن تدریجی شیر دادن می‌باشد. یعنی شما اگر در روز به او شش دفعه شیر می‌دهید، این مقدار را به پنج بار و روز بعد چهار دفعه و... تبدیل کنید، همچنین به همراه کم کردن تعداد دفعات، زمان خوردن شیر را هم به‌تدریج کم کنید. یعنی اگر دخترتان پانزده دقیقه زمان شیر خوردنش طول می‌کشد، آن را به دوازده، ده، هشت و... تبدیل کنید تا زمان به دو الی سه دقیقه و یا حتی کمتر برسد.

برای انجام هرچه بهتر این روش شما باید از خوراکی‌ها، غذاهای متنوع و یا اسباب بازیهایی که دخترتان دوست دارد به عنوان جایگزین در همان زمان استفاده کنید تا ضمن پرت شدن حواس او سیر هم بشود. اما توجه داشته باشید که در هنگام شیر خوردن آن خوراکی‌ها و یا غذا... را نبیند بلکه درست در زمان تعیین شده، که به‌تدریج کم می‌گردد، به او یکدفعه آنها را نشان داده و دراختیارش قرار دهید.

این روش را ادامه دهید تا اینکه دخترتان در شبانه‌روز تنها یکبار شیر بخورد و آن هم به مدت دو الی سه دقیقه که برای از بین بردن این مسأله هم باید زمان شیر دادن را به‌تدریج از یکبار در صبح به زمان ظهر و بعد به شب تبدیل کنید، یعنی در پایان دوره از شیر گرفتن، تنها او در شب یکبار شیر بخورد، که آن هم باز باید به اواخر شب برسد، یعنی سرشب او را کاملاً سیر کنید و اگر در نیمه‌های شب هم بیدار شد، غذا و یا خوراکی را جایگزین شیر کنید تا سرانجام از شیر گرفته شود.

همچنین در طی هفته او را سه تا چهار بار به پارک ببرید و سعی کنید که او در آنجا از شما فاصله بگیرد و با بچه‌ها بازی کند. این عمل کمک می‌کند که او با محیط اجتماعی بیشتر ارتباط برقرار کند.

■

او در روز پنج الی شش بار شیر می خورد و زمانش در حدود ۱۰ الی ۱۵دقیقه می باشد، ضمن اینکه هنگام شب نیز سه بار برای شیر خوردن بیدار می شود آن هم در حدود ۱۰دقیقه است

انگیزه‌های بیش از حد متوسط است.

ناگفته نماند که کودکان تیزهوش بسیار مرتب و منظم و دوست داشتنی هستند و در فعالیت های اجتماعی نظم و علاقه‌مندی خاصی از خود نشان می‌دهند. این افراد کمتر باعث عصبانیت دیگران می‌شوند و گزافه‌گویی، اغراق و دروغگویی هم کمتر در آنان دیده می‌شود و حتی کج رفتاری، ناسازگاری، اضطراب، گوشه‌گیری و عدم اعتماد و عدم بلوغ اجتماعی که در عده قلیلی از این کودکان دیده می‌شود هم مربوط به ضعف محرکات و انگیزه‌های محیطی و اجتماعی است که اکثراً مربوط به عدم درک آنان می‌باشد.

از سوی دیگر این کودکان در سنین اولیه به مفاهیم انتزاعی خوب و بد، درست و نادرست، عدالت و بی‌عدالتی علاقه‌مند و بخصوص به مسائل اجتماعی و روشهایی که می‌توان آنها را حل کرد هم اشتیاق از خود نشان می‌دهند.

این کودکان از حافظه قوی، قدرت تخیل و کنجکاوی بیشتری نیز برخوردار بوده و همچنین در ارائه پاسخهای پیچیده و داستانهایی با ساختار و حوادث غیرمعمول و تعجب‌آور، ید طولایی دارند و از گستردگی خزانه لغات و واژگان متنوع و نیز از سلامت روانی و کلامی فوق‌العاده‌ای برخوردار هستند.

این افراد کمال‌جو هستند. لذا بعضاً هم دیده می‌شود وقتی کارها طبق میل و بر وفق مرادشان پیش نمی‌رود، زود آزرده و ناراحت می‌شوند.

از پشتکار و پایداری عجیبی برخوردارند، نسبت به دیگران بسیار مهربان و با شفقت هستند، از تجارب گذشته در حل مسائل آینده سود می‌برند و با استفاده از نمادها و رمزها می‌توانند پیش‌بینی مناسب‌تری در آینده داشته باشند.

و در آخر جالب است بدانیم که غالباً سن پدران آنها بین ۳۰ تا ۳۵ سال و مادران آنها بین ۲۵ تا ۲۸ سال گزارش شده است.

ادامه دارد

پاورقی خارجی

قسمت اول

# من «سیسرو» بودم

# I WAS CICERO

ELYESA BAZNA

ترجمه: سیروس گنجوی

مشهورترین جاسوس
جنگ جهانی دوم، داستان زندگی خود را
تعریف می‌کند... حیرت‌انگیز، جذاب، باور نکردنی...
تاکنون کتابی به این جالبی عرضه نشده است.

Chicago Tribune شیکاگو تریبیون

**«سیسرو» نام رمز جاسوس زبردستی بود به نام Elyesa Bazna اکنون سالها پس از جنگ جهانی دوم، نقاب از چهره برگرفته به تعریف داستان حیرت‌انگیز خود می پردازد.**

**اظهارنظر مطبوعاتی جهان درباره این کتاب (که در صفحات اول و پشت جلد کتاب چاپ شده):**

○ «سیسرو» بی‌پرواترین و خطرناک‌ترین جاسوس جنگ جهانی دوم بود. او رمز سیاسی دولت انگلستان را کشف کرد و اسرار موافقتنامه «یالتا» میان استالین، روزولت و چرچیل را برای مقامات آلمانی فاش نمود. و به آنها گفت که نام رمز حمله به اروپا «عملیات ارباب بزرگ» می‌باشد. نام او برای همگان یک کلمهٔ آشنا شد که در هر خانه‌ای از آن صحبت می‌شد... و سرانجام خاطرات این مرد به صورت کتابی جذاب و هیجان‌انگیز منتشر گردید.

Dayton Daily News دیتن دیلی نیوز

○ خدمتکار سفارت انگلستان در ترکیه، در این کتاب چگونگی فروش مدارک خیلی سرّی زمان جنگ را به آلمانی‌ها به تفصیل شرح می‌دهد. این کتاب مستند، از جذابیت زیادی برخوردار است.

Saturday Review ساتردی ریویو

○ این کتاب هیجان‌انگیز را باید یک «شرلوک هولمز» جدید نامید.

چارلستن نیوزاند کوریر
Charleston News and Caurier

○ در کتاب عملیات «سیسرو» جاسوس شگفت‌انگیز جنگ جهانی دوم، همه چیز یافت می‌شود: از حادثه و ماجرا و دلهره گرفته تا عشق و شوخ طبعی و صحنه‌های خارق‌العاده. جالب‌تر از همه، این که تمامی این حوادث، واقعی هستند.

Buffalo News بوفالو نیوز

○ عملیات «جیمز باند» در مقایسه با آن چه که این مرد انجام داد غیر حرفه‌ای و ابتدایی به نظر می‌رسد.

Wilmington News ویلمینگتن نیوز

○ در تاریخچهٔ داستانهای جاسوسی، هیچ داستانی باورنکردنی‌تر و در عین حال واقعی‌تر از «سیسرو» وجود ندارد.

کریچن ساینس مانیتور
Christian Science Manitor

اشاره:

**«بازنا»** این خاطرات را ابتدا به یک نویسندهٔ آلمانی به نام **«هانس نوگلی» Hans Nogly** فروخت. بعداً کتاب خاطرات او به زبانهای زندهٔ دنیا ترجمه شد. «هانس نوگلی» در مقدمهٔ کتاب چنین نوشته است:

چگونه این کتاب نوشته شد:

او پشت تلفن به انگلیسی دست و پا شکسته‌ای به من گفت که نامش **علی عیسی بازنا** است و در شهر «استانبول» به کسب و کار مشغول است. به من گفت که او کسی جز **«سیسرو» Cicero** جاسوس بزرگ جنگ جهانی دوم نیست و خیال دارد اسرار زندگی خود را برملاء سازد. بی‌درنگ ترتیب ملاقات با او در سالن هتل «ویر یارزتسایتن» **Vier Jahreszeiten** در مونیخ داده شد. راستش اول زیاد به او اعتماد نکردم. هنگامی که قدم به داخل هتل گذاشتم، مرد سالخوردهٔ کوتاه قدی با کلهٔ تاس و هیکلی پر، به طرفم آمد که از چشمانش برق عجیبی ساطع می‌شد. اما برق نگاهش به خاطر ورود من نبود، بلکه در همان لحظه، دختر زیبایی در حال خروج از هتل بود و او همهٔ حواسش متوجه او بود!

اولین حرفی که زد (این بار به زبان فرانسه) آن بود که گفت:

- در «مونیخ» عجب پریرویانی پیدا می‌شوند!

پیش از پرداختن به اصل مطلب، از هر دری با هم سخن گفتیم و او اشاره کرد که دوست دارد روزها در سالن هتل‌ها بنشیند و مردم را تماشا کند. سپس از او پرسیدم که آیا او واقعاً همان «سیسرو» معروف است؟

او که تا آن لحظه، آرام روی صندلی‌اش نشسته بود ناگهان با شنیدن این حرف، مثل ترقه از جا جست. چشمان سیاهش برق زد و با نگاه نافذش به من خیره شد. از این که نسبت به او بدگمان شده بودم سخت برآشفت. چشمانش در آن لحظه و پس از آن لحظه، تنها عضو صورتش بود که نشان می‌داد این مرد قادر به انجام هر کاری بود. می‌توانست موجودی خطرناک، مکار و حیله‌گر باشد و در عین حال، به خاطر هیچ و پوچ از کوره در برود و از تصمیم خود منصرف شود. بنابراین، می‌بایستی در روابط خود با او جانب احتیاط را رعایت می‌کردم.

دفترچهٔ سبز رنگی را روی میز گذاشت. یک دفترچهٔ معمولی شبیه دفتر مشق بچه‌ها بود. همه چیز را با دستخطی آراسته در این دفتر نوشته بود.

او با لحن هیجان‌انگیزی که سرشار از قاطعیت بود گفت:

- این داستان زندگی من است.

جوری صحبت می‌کرد که انگار می‌خواست بر بدگمانی‌ای که در من وجود داشت غلبه کند.

من به او خاطرنشان کردم که یک مرد، وقتی می‌خواهد داستان زندگی خود را بنویسد، هیچ وقت دروغ نمی‌گوید یا به حقیقت، شاخ و برگ نمی‌بندد. او بار دیگر نگاه نافذ و خشمناکش را به من دوخت، سپس ناگهان چهره‌اش تغییر کرد و نیشش تا بناگوش باز شد. طرف صحبت من حالا یک شرقیِ سریع‌الانتقال بود که تنها به یک معاملهٔ نان و آبدار فکر می‌کرد. برایش فرقی نمی‌کرد که مورد معامله، یک تخته فرش باشد یا یک توله سگ، و یا داستان زندگیِ پرماجرای خودش! سپس گویی در حال تعریف لطیفهٔ جالبی است، خندهٔ جانانه‌ای سرداد. در حالی که با مسرّت می‌خندید گفت:

- کاملاً حق با شماست. من در این دفترچه، از خودم یک قهرمان و حتی یک میهن پرست بزرگ ساخته‌ام.

سپس چشمکی زد و افزود:

- من نظر خیلی خوبی نسبت به خودم دارم. همهٔ آدمها همین طور هستند!

در پی این سخن، سفره دلش را گشود و سعی نکرد چیزی را از من پنهان کند. نشان می‌داد که باطناً مردی است خودپسند که وجودش از ترسهای پنهانی و آرزوی شدید برای یک زندگی شیک و مجلل و اشرافی آکنده است. به کمک این دفترچهٔ مشق سبزرنگ، به تدریج از میان فورانِ بی‌اختیار صداقت و صراحتش، تصویر واقعی زندگی و حوادث آن پدیدار گشت.

از او پرسیدم چرا پس از این همه سال، ناگهان به فکر فروش داستان زندگی‌اش افتاده است؟ او پاسخ داد:

- به پول احتیاج دارم. می‌خواهم به طور قانونی، علیه دولت آلمان فدرال اقامه دعوا کنم. زیرا از آلمان پول طلب دارم. حکومت رایش (حکومت دوره هیتلری آلمان) حسابی سرم کلاه گذاشته است. من می‌خواهم از دولت فدرال، به خاطر همین کلاهی که

آلمانها در دورانی که برایشان جاسوسی می‌کردم - سرم گذاشته‌اند تقاضای غرامت کنم.

(اگر او دست به چنین اقدامی می‌زد و خسارات خود را از بابت اسکناسهای تقلّبی که آلمان در ازای خدمات جاسوسی او به وی پرداخت کرده بود از دولت آلمان طلب می‌کرد، شکی نداشتم که این پرونده به درازا کشیده می‌شد، زیرا یکی از ویژگی‌هایی که در این مرد سراغ داشتم عزم و اراده و پشتکار عجیب او بود. اما آن قسمت از داستان مربوط به آینده است.)

در خاطرات او چند جا وقفه وجود داشت. به هر حال، سالهای زیادی از ماجرای بزرگ او گذشته بود، ولی همواره قادر بود به هر پرسشی که از او می‌شد پاسخ گوید و جای خالی را پر کند. دو تن از خبرنگاران، آقایان «هانس شوارتس - از مونیخ، و «جی.تامس بیل» از هالیوود، ماهها جزئیات این داستان را پی‌گیری کردند، و آلمانی دیگری به نام آقای «هربرت کاف هولد» از مونیخ، نکات مبهمی را که «بازنا» با گذشت زمان، نمی‌توانست نسبت به آنها مطمئن باشد مورد بازبینی قرار داد. او (نویسنده خاطرات) و من، به راستی مدیون زحمات این سه تن آقایان هستیم.

مطلبی که قبل از هر چیز لازم بود ثابت شود، واقعی بودن ادّعای این شخص بود. باید مطمئن می‌شدیم که او واقعاً همان «سیسرو»ی معروف بود. برای این منظور، با آقای «موتسیش» (وابسته وقت سفارت آلمان در آنکارا) که حالا در «اینسبورگ» اقامت داشت تماس گرفتیم. او در زمان جنگ، رابط این شخص با مقامات آلمانی بود و قبلاً کتابی درباره «سیسرو» به رشتهٔ نگارش کشیده بود. ترتیبی دادیم تا این دو مرد را با هم روبه‌رو کنیم. یک دیدار عجیب، سرد و رسمی بود. این دو نفر که در یک کار خارق‌العاده با یکدیگر مشارکت داشتند حرف زیادی برای گفتن به یکدیگر نداشتند. ولی آقای «موتسیش» حلقهٔ مفقوده در این زنجیر را تکمیل کرد. او تأیید کرد که «علی عیسی بازنا» همان «سیسرو» معروف است که از شهرت افسانه‌ای برخوردار می‌باشد. حال، داستان شگفت‌انگیز این مرد را از زبان خودش می‌شنویم:

O **سِرهیو ناچبول هیوجسن**
سفیر انگلیس در آنکارا (که قبل از احراز این سمت، مدت دو سال کاردار سفارت انگلستان در ایران بود.)
O **لیدی ناچبول هیوجسن** همسر سفیر انگلیس
O **داگلاس باسک** دبیر اول سفارت انگلیس در آنکارا
O **فرانتس فن پاپن** سفیر آلمان در آنکارا
O **آلبرت ینکه** دبیر اول سفارت آلمان در آنکارا
O **خانم ینکه** همسر آقای «ینکه» و خواهر «ریبن تروپ» سیاستمدار آلمان نازی که در سال ۱۹۴۶ اعدام شد.
O **ل.س. موتسیش** وابستهٔ سفارت آلمان در آنکارا
O **علی عیسی بازنا** معروف به «سیسرو» خدمتکار آلبانی‌تبار سفیر انگلیس
O **کورنلیاکاپ** دستیار و سکرتر مخصوص آقای «موتسیش» و عامل سرویس اطلاعاتی آمریکا
O **مارا** پرستار بچهٔ خانم و آقای «باسک»
O **عذرا** نوه عموی «سیسرو»
O **آیکا** دوست «سیسرو»
O **مصطفی**
O **ذکی**
O **مانولی** خدمتکار سفارت انگلیس

## فصل اول

بد نیست خاطراتم را با دو نوشتهٔ خارجی شروع کنم. این دو نوشته، تا حدودی شخصیت مرا به شما معرفی خواهد کرد:

**روزنامهٔ «دیلی اکسپرس» چاپ انگلستان شماره ۳۰ ژانویه ۱۹۵۰:**

ماجرای جالبی که در یک روزنامهٔ بلژیکی چاپ شده حکایت از آن دارد که چگونه درسال ۱۹۴۳، آلمانی‌ها در ازای پرداخت مبلغ ۳۰۰/۰۰۰ پوند انگلیس به خدمتکار سفیر انگلیس در ترکیه، به اسرار جنگی بسیار مهم متفقین دست یافتند. گفته می‌شود که از طریق این اطلاعات محرمانه، از تصمیمات کنفرانس «مسکو» و «کازابلانکا»، جزئیات حملهٔ هواپیماهای بمب افکن، و نقشهٔ تهاجم نهایی اروپا آگاه شدند. آنها همچنین کلیه رمزهای سیاسی بریتانیا را به دست آوردند!

آری، همهٔ این چیزها درست است، و مردی که این اطلاعات را به آنها فروخت من بودم:

«علی عیسی بازنا» معروف به «سیسرو»!

هر چند انگلیسی‌ها کوشیدند فعالیتهای مرا بی‌اهمیت جلوه دهند، اما نتوانستند این فعالیتها را انکار کنند. توجه شما را به صورت جلسات رسمی پارلمان انگلیس در تاریخ ۱۸ اکتبر ۱۹۵۰ جلب می‌کنم:

آقای شپرد، (نماینده پارلمان) از وزیر امور خارجه انگلستان پرسید که آیا با توجه به این واقعیت که اسناد کاملاً سرّی، از جمله اسرار «عملیات ارباب بزرگ» (نام رمز برای جبهه دوم) از سفارت ما در ترکیه به سرقت رفته و در اختیار آلمانی‌ها گذاشته شده آیا در این مورد تحقیق و بررسی به عمل آمده است؟ نتیجه چه بوده و چه دستورالعملی برای پیشگیری از تکرار این گونه وقایع صادر شده است؟

**آقای «بوین»**: یک چنین اسنادی از سفارت انگلیس دزدیده نشده است. تحقیقات انجام شده در مورد حادثه‌ای که آن نماینده محترم به آن اشاره می‌کنند نشان می‌دهد که خدمتکار سفیر انگلستان موفق شده است از برخی از اسناد سرّی در سفارت، عکسبرداری کرده آنها را به آلمانی‌ها بفروشد. اگر سفیر انگلستان طبق اصول، اسناد طبقه‌بندی شده را تحت کنترل و حفاظت قرار داده بود، آن شخص نیز قادر به انجام این کار نمی‌شد. دستورالعمل‌هایی برای پیشگیری از چنین نفوذهایی، به تمامی مأموران داده شده است.

**آقای شپرد**: گزارشی که در کتاب «عملیات سیسرو» نوشتهٔ «موتسیش» (وابسته وقت سفارت آلمان در آنکارا) چاپ شده این نگرانی را در افکار عمومی پدید آورده که اگر طرح و نقشهٔ «عملیات ارباب بزرگ» به سرقت نرفته، چرا وزارت امور خارجه، سکوت اختیار کرد و درصدد تکذیب این گزارش برنیامد؟

آقای «بوین»: اسناد واقعی دزدیده نشده است. من خاطرنشان کردم که عکسی از آن گرفته شده بود که ظاهراً به همان معنی است.

البته که به همان معنی بود. و زمانی به خاطر انجام دادن این کار، مقدار زیادی اسکناس به ارزش ۳۰۰/۰۰۰ پوند انگلیس را با دقت و احتیاط زیاد، زیر فرش اتاقم در اقامتگاه خدمتکاران سفارت انگلستان در «آنکارا» پنهان ساخته بودم. وقتی روی آنها راه می‌رفتم در قالب خدمتکار وفادار سفیر انگلیس، «سر ناچبول هیوجسن» احساس خشنودی می‌کردم!

من برای به دست آوردن این ۳۰۰/۰۰۰ پوند، راه دور و درازی را پیموده بودم. پدرم «حافظ یازار» یک معلم تعلیمات دینی بود و دو پارچه زمین داشت. او مردی پرهیزکار و خداترس بود. وقتی از دست من ناراحت و دلخور می‌شد، همیشه می‌گفت:

-پسر، تو بیش از اندازه روی شانس و اقبالت تکیه می‌کنی! انسان باید خودش جوهر داشته باشد.

افتخارات خانوادگی، برایمان خیلی اهمیت داشت و ما همیشه در پرتو انعکاس جلال و شکوه پدربزرگم زندگی می‌کردیم که پدرم درباره‌اش زیاد صحبت می‌کرد. پدربزرگم در امپراتوری عثمانی، یک «پاشا» بود و به نام «طاهر پاشای شجاع» شهرت داشت. «پاشا» لقبی بود که در ترکیه به بزرگان از قبیل وزراء و امراء داده می‌شد. این حرفها ممکن است در گوش امروزی‌ها، مسخره جلوه کند، اما در آن روزگار، از این کلمات و القاب، با ستایش و ترسی آمیخته به احترام سخن گفته می‌شد.

از زادگاهم «پریستینا» واقع در ۲۲۵ مایلی جنوب بلگراد، از طریق جادهٔ «اسکوپی» به شهر «سالونیکا» کوچ کردیم. جایی که ما زندگی می‌کردیم، فاصلهٔ زیادی با زادگاه کمال آتاتورک، بنیانگذار ترکیه نوین نداشت. دایی من سرلشکر کمال، به طرفداری از آتاتورک می‌جنگید.

بعد، از آن جا به «استانبول» نقل مکان کردیم. زیرا امپراتوری عثمانی در حال آب رفتن بود و هر بار که کوچکتر می‌شد ما مجبور بودیم دوباره به نقطهٔ دیگری کوچ کنیم.

ادامه دارد

ماجراهای خواستگاری

# گرفتاری به نام خواستگاری

از : کورش کاشانی

اگر برایتان تعریف کنم که چطور ازدواج کردم، باورتان نمی‌شود. خودم هم باور نمی‌کردم. حتی وقتی پای سفره عقد نشستم باورکردنی نبود!

۲۷ ، ۲۸ ساله بودم. کم‌کم خانواده داشتند مجبورم می‌کردند که به فکر زن گرفتن بیفتم. مادرم آرزو داشت یک عروس چشم رنگی داشته باشد. پدرم می‌گفت باید کم‌سن و سال و خانه‌دار باشد... خلاصه هر کس چیزی می‌گفت. یکی، دو جا هم رفتیم خواستگاری. اصلاً دوست نداشتم با آن دخترها ازدواج کنم. انگار هیچ حسی به آنها نداشتم. دلم می‌خواست برای همسر آینده‌ام قلبم بتپد. می‌خواستم یک دل نه صد دل عاشق شوم. هیچ وقت تجربه عاشقی نداشتم. اصلاً نمی‌دانستم عاشقی یعنی چی؟! همیشه دلم می‌خواست اول عاشق شوم بعد عروسی کنم. اول سعی کردم عاشق یکی از همکارهایم بشوم، اما دیدم نمی‌شود. نه قلبم از دیدنش می‌تپد و نه روزهایی که مرخصی می‌گیرد و نمی‌آید سر کار دلم برایش تنگ می‌شود. از فکر و خیال او بی‌خوابی هم به سرم نمی‌زد و سرشب عین مرده می‌افتادم روی تخت. بعد حس کردم دارم عاشق دخترخاله‌ام می‌شوم. یکی، دو بار برای حل تمرین‌های ریاضی‌اش از من کمک گرفته بود، اما باز نشد. به یک هفته نکشید که از دستش عصبانی شدم و داد کشیدم روی سرش و او دیگر اشکالات ریاضی‌اش را با من مطرح نکرد.

خلاصه تنها بودم و بی‌انگیزه. به مادرم گفتم هیچ خواستگاری دیگه‌ای نمی‌روم مگر اینکه خودم دختری را بپسندم. دیگه همه کلافه شده بودند. خودم هم نمی‌دانستم دختر مورد علاقه‌ام را قرار است در کجا و چطور پیدا کنم. به هرحال یقین داشتم که یک روز آن دختر پیدا خواهد شد.

یک روز وقتی داشتم از سر کار برمی‌گشتم، با دختری برخورد کردم که زیبا بود و متین. مدتها بود که هر کجا می‌رفتم دنبال سیندرلای زندگی‌ام می‌گشتم. آن دختر را که دیدم قلبم تپید. سرش پایین بود و معصومی و نجابت در صورتش موج می‌زد. انگار هیچ کس در دنیا نبود که ارزش نگاه کردن داشته باشد. تند راه می‌رفت و هیچ جا نمی‌ایستاد. به خودم که آمدم، دیدم پشت سرش دارم تندتند راه می‌روم. قلبم می‌زد. آن‌طور که می‌ترسیدم رهگذران متوجه حالم شوند. کوچه‌ها باریک‌تر شد و دخترک کنار دری ایستاد و زنگ زد. نای ایستادن نداشتم. حس می‌کردم همه چشم‌ها پشت پنجره‌ها به من خیره شده‌اند. گر گرفته بودم. می‌ترسیدم مبادا فکر کنند مزاحم دختر مردم شدم. برای همین تند از کنار دخترک رد شدم و دور شدم. توی کوچه‌ها گم شده بودم. نمی‌دانستم کجا هستم. هرچه راه می‌رفتم انگار به نقطه اول می‌رسیدم.

حال غریبی داشتم. چه می‌شد کرد؟! من دختر ایده‌آلم را دیده بودم. درحالی که هیچ شناختی نسبت به او نداشتم اما احساس می‌کردم همانی است که در تمام زندگی‌ام انتظارش را می‌کشیدم. دوست نداشتم به غیر از این فکر کنم. همان شب موضوع را به مادرم گفتم. او آنقدر خوشحال شده بود که دائم سؤال جوابم می‌کرد و من هیچ توضیح بیشتری نداشتم که به او بدهم فقط می‌دانستم خانه او کجاست و بقیه کارها به عهده مادرم بود.

آن شب خوابهای عجیبی می‌دیدم. صبح که شد حال دیگری داشتم. هرچه فکر کردم چهره آن دختر چگونه بود، یادم نمی‌آمد. نمی‌دانستم عاشق چه چیزی شده بودم، اما مادر دیگر اهمیتی به این نمی‌داد. می‌دانست که حتماً آن دختر یک فرشته است که در لحظه اول قلب مرا به تپیدن واداشته.

بعد از ساعت کاری‌ام مادر را بردم دم خانه‌شان. مادر نشانی را که یاد گرفت برگشت خانه. با تعجب از او پرسیدم که چرا نرفت زنگ بزند و از دخترشان خواستگاری کند. مادر براق نگاهم کرد و گفت:

- هر کاری راه و رسمی دارد. نمی‌شود سرمان را پایین بیندازیم و همین‌طور به خواستگاری دختر مردم برویم. اول باید تحقیق کنیم. از در و همسایه‌شان سؤال کنیم، ببینیم چطور خانواده‌ای هستند!

ریش و قیچی دست مادرم بود. کارش را خوب بلد بود. از فردای آن روز راه افتاد و شروع به تحقیق کرد. وقتی می‌آمد خانه حسابی خوشحال بود. می‌گفت جز خوبی هیچ کس از این خانواده حرفی نمی‌زند. پدر خانواده امین محله است. می‌گفت همه روی اسم دخترش قسم می‌خوردند و می‌گفتند بهتر از او نمی‌توان دختری پیدا کرد.

احساس می‌کردم چقدر قلبم به من خوب ندا داده بود. چیزی در آن دختر بود که من را آن‌طور به طرف خودش جلب کرده بود. بالاخره مادر از طریق یکی از همسایه‌ها پیغام فرستاد که می‌خواهد به خواستگاری دخترش برود و آنها هم روزی را تعیین کردند. مادر همراه دوتا خاله‌هایم به خانه آنها رفتند.

خدا می‌داند چه بر من گذشت تا برگشتند. ساعت نمی‌گذشت. قلبم توی دهانم بود. دلم می‌خواست هرچه زودتر بیایند و برایم تعریف کنند که چه اتفاقی افتاده است. دیگر هوا حسابی تاریک شده بود که صدای مادر توی حیاط پیچید. سراسیمه رفتم استقبالش.

خاله‌ام خندید و گفت:

- عجب دختری... جواهر بود. راست بگو این جواهررو چطور پیدا کردی؟ زن هر کس بشود سعادت را به خانه آن مرد آورده.

مادر چادرش را تا می‌کرد و لبه ایوان نشسته بود و می‌گفت:

- همان عروسی بود که من می‌خواستم، خانم، مؤمن، خانه‌دار... چقدر قشنگ بود.

دیگه روی زمین نبودم. نمی‌دانستم چه باید بگویم. مادر گفت:

-شب جمعه با خودت می‌رویم. کار را باید زود تمام کنیم. این‌جور دخترها زیاد توی خانه پدر نمی‌مانند. هرچه شرط و شروط گذاشتند باید قبول کنیم.

خاله خنده ریزی کرد و گفت:

- عجب عروسی می‌آوری خواهر... همه انگشت به دهان می‌مانند. عجب خانواده‌ای. مادرش را دیدی. حرف که می‌زد گل از دهانش بیرون می‌آمد.

آن شب همه در وجد بودند. شب جمعه که شد کت و شلوارم را پوشیدم و با پدرم و چند تا از بزرگترها رفتیم خانه آنها. خانه ساده‌ای داشتند اما خانواده مهربانی به نظر می‌رسیدند. همان اول پدر شروع کرد راجع به من حرف زد. پدر عروس خانم هم گفت که شرط و شروط زیادی ندارد. تنها برایش مهم است که شوهر دخترش جوانمرد و متدین باشد. هرچه می‌گفتن بیشتر حس می‌کردم که دلم می‌خواهد با این خانواده وصلت کنم. بالاخره بعد از نیم ساعت حرف زدن دخترخانم با سینی چای وارد شد. سلام گفت و با چادر سفیدش وارد شد. نگاهش که کردم قلبم ایستاد. این، دختری نبود که من دیده بودمش. نمی‌دانستم چه بگویم. نفسم ایستاده بود. دیگر نگاهش نکردم. هرچه سعی کردم با اشاره چیزی را به مادر بگویم فایده‌ای نداشت. مهمانی معارفه تمام شد و خداحافظی کردیم و آمدیم بیرون. تا توی ماشین نشستیم به مادر گفتم این، آن دختری نیست که من دیده بودم. همه لحظه‌ای ساکت شدند. مادر باورش نمی‌شد. گفت:

- چه فرقی دارد. این دختر هیچ نقصی ندارد.

پدرم هم گفت که باید هر دختر دیگری را فراموش کنم. این دختر همسر آینده من خواهد بود. نمی‌دانستم چه بگویم هفته بعد قرار بود آنها به خانه ما بیایند. گیج و منگ بودم. مادر قسم خورده بود که هیچ دختر دیگری را به عروس بودنش قبول نخواهد کرد، مگر اینکه این دختر زن من شود. چه گرفتاری شده بود! باورم نمی‌شد انگار همه رؤیاهایم را از دست داده باشم به حد مرگ رسیده بودم. کار به جایی رسید که خواستم از خانه فرار کنم. اما پدرم قسم خورد که اگر کاری خلاف میلش انجام دهم هیچ وقت مرا نمی‌بخشد.

خلاصه هفته بعد خانواده آن دختر به خانه ما آمدند. به اصرار دو خانواده رفتیم توی حیاط و چند کلمه‌ای با هم حرف زدیم. روز بعد هم با هم رفتیم پارک. هرچه بیشتر با او حرف می‌زدم بیشتر به او علاقه‌مند می‌شدم. به‌طوری که بعد از چند جلسه مصمم شدم که می‌خواهم با او ازدواج کنم...

■

**در پیچ و خم دادگاه**

از: **راشین مختاری**

# مجبورم
# همسر موفق‌ام را طلاق بدهم

> شکوفه آنقدر در کارهایش غرق شده بود که اصلاً زندگی مشترک را نمی‌دید

مگر چقدر می‌شود نشست و به آینده امید بست؟ دلم نمی‌خواهد خودم را گول بزنم. ما دوتا به درد هم نمی‌خوریم. انگار متعلق به دو دنیای مختلف هستیم. پنج سال وقت تلف کردیم. همان سال اول باید از هم جدا می‌شدیم، اما چرا این کار را نکردیم، نمی‌دانم. انگار به صرف اینکه اسم‌هایمان در شناسنامه همدیگر بود، متعهد بودیم بمانیم. طلاق آنقدر هم که اطرافیان ما فکر می‌کنند، من و شکوفه را سیاه بخت نمی‌کند. هنوز فرصت دارد که زندگی دیگری برای خویش بسازد. من مرد زندگی او نبودم. از اولش هم نبودم، اما خیلی ساده‌لوحانه تصمیم به ازدواج گرفتیم. ۳۲ سالم شده بود. همه اصرار داشتند هرچه زودتر زن بگیرم. در دانشگاه تدریس می‌کردم. موقعیت شغلی خوبی داشتم. از آن همه سال درس خواندن بالاخره جواب گرفته بودم. می‌توانستم هویت فرهنگی تثبیت شده‌ای داشته باشم. دیگر اهمیتی به جزییات زندگی نمی‌دادم. تا یاد داشتم، دنیای من کتاب بود و درس. شکوفه هم تحصیلات عالی داشت. به دو زبان بین‌المللی کاملاً تسلط داشت و ظاهر امر ما دوتا به درد هم می‌خوردیم. شکوفه همان روزهای اول آشنایی‌مان در یکی از سفارتخانه‌ها استخدام شد. عاشق کارش بود و کلی ذوق می‌کرد که حقوق دلاری می‌گیرد و شغل مورد علاقه‌اش را پیدا کرده. من هم از داشتن زنی فعال و درسخوان خوشم می‌آمد. برای همین او را پسندیدم و از خانواده‌ام خواستم بقیه مراحل را پیش ببرند. با یک خواستگاری ساده همه چیز تمام شد و تاریخ عروسی را هم تعیین کردیم.

زندگی ساده‌ای را شروع کردیم. از صبح تا شب هر دو سر کار می‌رفتیم و غروب خسته به خانه برمی‌گشتیم. چند ماه اول فرصتی برای تبادل افکار نداشتیم و متوجه نمی‌شدیم که چقدر از هم دور هستیم. تا اینکه کم‌کم زندگی روال عادی خودش را پیدا کرد و اختلاف نظرها دیده شد. شکوفه بلندپرواز بود. دلش می‌خواست روابط اجتماعی‌اش متناسب با موقعیت شغلی‌اش باشد. درحالی که من با مردم ساده‌تر از این حرفها زندگی می‌کردم. حدود یک سال از ازدواجمان می‌گذشت که شکوفه تصمیم گرفت برای گذراندن یک دوره یک ساله به خارج از کشور برود. باورم نمی‌شد. چطور می‌توانست مرا تنها بگذارد و برود!

اولش فکر کردم موضوع جدی نیست، اما وقتی سراغ ویزا و پاسپورتش رفت، باورم شد. حسابی بهم ریخته بودم. نمی‌دانستم چه بکنم. مخالفت خودم را کاملاً واضح اعلام کردم، اما او اهمیتی نمی‌داد. می‌گفت این استثنایی‌ترین موقعیت زندگی‌اش است. جنگ و جدالهایمان شروع شد. خانواده شکوفه از دخترشان حمایت می‌کردند. می‌گفتند یک سال مثل باد می‌گذرد و بعد از آن می‌توانیم روال عادی زندگی‌مان را داشته باشیم. باورم نمی‌شد که او بتواند اینقدر خودخواهانه تصمیم بگیرد. سرانجام آنقدر تحت فشار قرارم داد تا بالاخره قبول کردم. همه چیز سریع رخ داد. مثل باد، و شکوفه رفت. فکر کردم بهتر است خودم را سخت مشغول کار کنم. اینطوری می‌توانستم زمان را راحت‌تر بگذرانم. از صبح تا شب تدریس می‌کردم. شبها هم خودم را مشغول مطالعه می‌کردم. چند تا مقاله نوشتم و در کنفرانس‌های علمی شرکت کردم. کم‌کم داشتم باورم می‌شد که این یک سال برای هر دو ما خوب بوده. برای همین وقتی شکوفه برگشت، با آغوش باز پذیرای او شدم.

فکر کردم نقطه آغاز دیگری برای زندگی ما ایجاد شده. شکوفه با کلی تعریف و تجربه برگشته بود. حالا می‌توانست موقعیت شغلی بسیار بهتری پیدا کند. در سازمان ملل استخدام شد. سخت کار می‌کرد و تمام مدت به فکر پیشرفت بود. مدام به مأموریت‌های خارج از کشور می‌رفت و من کم‌کم داشتم از این وضع خسته می‌شدم. موضوع بچه‌دار شدن را پیش کشیدم، دیگر وقتش بود در این مورد خیلی جدی فکر کنیم. باید زندگی‌مان سروسامان می‌گرفت، اما شکوفه همیشه یک کوه کار پیش روی خودش داشت. می‌دانست بارداری و بعد بچه‌داری او را از کلی از کارها عقب می‌اندازد، برای همین سخت مخالفت می‌کرد. تصور می‌کرد هنوز فرصت برای بچه‌دار شدن وجود دارد و حالا باید به فکر پیشرفت کاری‌اش باشد. جنگ و جدالهای ما طوری بالا گرفت که گاهی چند ماه با هم قهر می‌کردیم و جدا از هم زندگی می‌کردیم. متأسفانه کاری از عهده خانواده‌ها برنمی‌آمد. پیشرفتهای عجیب و غریب او هم برای خودش وسوسه‌انگیز بود و هم برای اطرافیانش. درحالی که از نظر منطقی انتقاد من را می‌پذیرفتند، اما ته دلشان راضی نبودند مانع پیشرفت دخترشان بشوند. شکوفه واقعاً استعداد غریبی در مدیریت و یادگیری داشت. آینده درخشانی پیش رویش بود، اما زندگی واقعی را فراموش کرده بود. یادش رفته بود که عهد و پیمان ما برای تشکیل یک خانواده بوده. او مفهوم زندگی مشترک را به هیچ عنوان نمی‌فهمید.

تمام این سالها کار ما جنگ و گریز بود.

هر مأموریتی که می‌رفت امید داشتم این آخرین سفر او باشد.

○

سه سال به همین روال گذشت. تا بالاخره شکوفه قبول کرد باردار شود. کلی از من قول گرفت که در بزرگ کردن بچه از او توقع زیادی نداشته باشم. پرستار بگیریم و امکانات خاصی ایجاد کنیم. من هم قبول کردم. چند ماه گذشت اما شکوفه باردار نشد. آزمایشهای اولیه نشان داد که برای باردار شدن نیازمند یک سری درمان هستیم که هم وقت می‌برد و هم آرامش اعصاب می‌خواهد. این دو چیزی که شکوفه هرگز نداشت. مدام اضطراب کارش را داشت. تمام روز سخت کار می‌کرد و دیگر نای هیچ کاری را نداشت. همین موضوع باعث شد که موضوع درمان را جدی نگیرد. حتی حاضر نبود چند ماه کار نکند و به خودش برسد. چه می‌شد کرد؟ مگر می‌توانستم از او به زور بخواهم بچه‌دار شود!!

دیگر رابطه ما روزبه‌روز سردتر می‌شد. گاهی یادم می‌رفت همسری هم دارم. رفت و آمدهای ما جداگانه بود. او با تعداد محدودی رفت و آمد می‌کرد و روزبه‌روز مغرورتر می‌شد. بالاخره تصمیم خودم را گرفتم. اگر او همه زندگی‌اش را در پیشرفت کاری‌اش می‌دید، من زندگی‌ام را کنار یک خانواده گرم و پرمحبت معنا می‌کردم. فکر کردم زمان دارد می‌گذرد و شاید برای داشتن یک خانواده واقعی دیر شود. برای همین تقاضای طلاق کردم. شکوفه شوکه شده. اما این واقعیتی است که از سالها قبل وجود داشته و ما نمی‌خواستیم آن را بپذیریم. ■

گزارش شهرستان

# زاینده رود را دریابیم

گزارش و عکس از:
فائزه‌السادات خادمی

**می‌خواستم یک مقدمه طولانی و سنگین برای گزارشم بنویسم اما یکدفعه به نتیجه رسیدم که بنویسم، رودخانه‌ی زاینده‌رود، جایی مناسب برای فاضلاب شهر اصفهان شده است!**

**یعنی می‌شود باور کرد، زاینده‌رود که یکی از رودهای مشهور ایران است اکنون در معرض یورش بی‌رحمانه فاضلاب شهر اصفهان قرار گرفته که در صورت جلوگیری نکردن از این خطر ممکن است خساراتی جبران‌ناپذیر به‌بار آورد و شاید همین الان هم دیر شده باشد. پس...**

## نور، صدا، حرکت

به همین جهت به محل حادثه رفتیم تا با مردم در مورد علت بروز این پیشامد گفت‌وگو کنیم.

**اولین نفر** یکی از اهالی خیابان نظر بود که با چهره‌ای گرفته و عصبانی از این ماجرا داد سخن داد و گفت: هرچند روز یک بار فاضلاب از دریچه‌های زیرزمین خانه‌ی ما بیرون می‌زند و محیط یکی از زیباترین رودهای جهان را آلوده می‌کند. و سوغات این یورش بی‌رحمانه این شده است که در خانه‌ی ما حشرات و موجوداتی عجیب پیدا شده که تا به حال نظیر آن را ندیده‌ایم. چندین بار به اداره بهداشت اطلاع دادیم، حتی یک بار آمدند و از نزدیک تصویر برداشتند، ولی دیگر هیچ خبری نشد که نشد!!

**دومین نفر** نیز یکی از اهالی ساکن اطراف رودخانه زاینده‌رود است که صحبت خود را چنین شروع می‌کند: به علت فرسوده و پوسیده شدن لوله‌ها، فاضلاب به بیرون سرایت کرده، از این جهت مجبور شدند راه فاضلاب را به رودخانه باز کنند، وگرنه تمام خیابان نظر و خانه‌های اطراف را فرا می‌گرفت، زیرا فشار فاضلاب بسیار زیاد است، به‌طوری که اگر یک نفر در آن بیفتد ممکن است دیگر هیچ وقت پیدا نشود! البته مدتی اداره بهداشت جلوی این کار را گرفت و از ریختن فاضلاب به رودخانه جلوگیری کرد و در این میان حتی کارگرانی بودند که تا زیر گردنشان در فاضلاب فرو رفته بودند، اما کار می‌کردند تا لوله‌ها را تعمیر کنند، ولی رفته رفته کار سخت‌تر شد و مجبور شدند دوباره اجازه ورود فاضلاب به رودخانه زاینده‌رود را بگشایند.

جالب اینکه نفر بعدی یکی از پیمانکاران همین شبکه است و می‌گوید: حدود ۳۰ سال است طرح بزرگ سیستم فاضلاب این خیابانها اجرا شده اما لوله‌ها به مرور زمان ساییده و پوسیده شده‌اند و به همین دلیل این مشکلات سر باز کرده است و چیزی که همیشه از آن وحشت داشتیم اتفاق افتاد.

او اضافه می‌کند: مشکلی که در کار پیش آمده ریزش شدید زمین بوده، زیرا زمین خیابان نظر از جنس ماسه و نرم است و دیگر اینکه فاضلابهای قبلی به مسیر جدید راه پیدا کرده و در این میان حدود ده کارگر هم که مشغول کار بوده‌اند در این راه زخمی شده‌اند و حدود سه ماه است که این عملیات شروع شده و ما شبانه‌روزی کار می‌کنیم و امیدواریم این مشکل تا یک ماه دیگر رفع شود، اما...

## تا یکماه چه کنیم؟

پس با یکی از کارکنان آب و فاضلاب گفت‌وگو می‌کنیم و او اظهار می‌دارد: اصفهان اولین شهری بود که این مشکل گریبانگیرش شد، اما مطمئن باشید از این به بعد شهرهای دیگر هم به همین مشکل گرفتار خواهند شد. این یک مشکل ملی است و دولت وظیفه دارد کمک کند.

**او ادامه می‌دهد:** اگر بخواهیم تمام لوله‌های شهر اصفهان را که حدود پنجاه کیلومتر است تعویض کنیم، چیزی حدود سی میلیارد تومان مخارج دارد و مسلماً بودجه‌ی ما به این اندازه نیست و همین الان هم حدود ۹۰ میلیون مخارج این تعمیرات شده و اگر در این گیرودار خدای نکرده در نقطه‌ی دیگری از شهر این مشکل پیش بیاید مسلماً دیگر هیچکس قدرت همکاری نخواهد داشت.

درواقع ترکیدن لوله‌های خیابان نظر یک حادثه بود، اما به نظر شما این حادثه در مرحله بعدی در کدام شهر اتفاق خواهد افتاد، البته اینطور که اخبار می‌گوید، اوایل فاضلاب به رودخانه ریخته می‌شد، ولی اکنون اداره‌ی بهداشت جلویش را گرفته و مانع آلوده شدن زاینده‌رود می‌شود(!!) اما این اخبار تا چه حد درست باشد؟ باز هم مجبور هستیم بگوییم که خدا می‌داند؟! چون چیزی که ما دیدیم حرف و حدیث دیگری داشت!

▲ محلی که فاضلاب به زاینده‌رود می‌ریزد و تصویر به دلیل محدودیت‌ها در شب گرفته شده است

▼ دهانه فاضلاب فروریخته شهر اصفهان

▼ به نظر شما این بهم‌ریختگی‌ها چه زمانی سروسامان پیدا خواهد کرد؟

**زیر نظر: ف. گویش**

Email:f _gooyesh @ yahoo.com

**شماره تماس: ۲۹۹۹۳۳۴۷**

### داستان شیرین یک ضرب‌المثل

## این هفته: عهد دقیانوس

به عقیده مردم، عهد دقیانوس از قدیمی‌ترین عهدها و اعصار تاریخی است که از آن عهد و عصر قدمی فراتر نمی‌توان نهاد. به همین دلیل هر وقت بخواهند قدمت و کهنگی چیزی یا مطلب و موضوعی را اثبات کنند، در لفافه طنز و شوخی به عهد مزبور اشاره می‌کنند و می‌گویند: مربوط به «عهد دقیانوس» است.

حال ببینیم دقیانوس کیست و چه عاملی موجب شده که بر سر زبانها بیفتد:

به‌طوری که در کتب تاریخی آمده است، دقیانوس مردی یونانی بود که پس از اسکندر مقدونی در شام حکومت می‌کرد. در عهد دقیانوس چند نفر از مردم شام به خداپرستی گرویدند. نام این افراد به شرح زیر است:

مکسلمینا، تملیخا، مرطوس، نیرویس، کسطومس، ریطوفس، قالوس و محسلمینا.

این عده که به اصحاب کهف معروف‌اند و خدای متعال در قرآن کریم هم آنها را در چندین آیه یاد کرده است، از طرف دقیانوس احضار و از دین آنها سؤال می‌شود. آنها جواب می‌دهند، خداپرست هستند و به غیر از خدای یگانه، دیگری را خدا نمی‌دانند.

دقیانوس آنها را به زندان می‌اندازد و یک شب مهلت می‌دهد تا در عقیده خود تجدیدنظر کنند. وقتی شب می‌شود، اصحاب کهف از زندان دقیانوس فرار می‌کنند و در خارج شهر به کوه «بیجلوس» پناه می‌برند. نزدیک کوه شبانی بود به نام دنیموس، اصحاب کهف دین و آیین جدید را بر شبان عرضه می‌کنند و از او پناه می‌خواهند.

شبان دین آنها را می‌پذیرد و به همراه سگ خود «قطمیر» درون غار رفته و در آنجا به خوابی عمیق می‌روند. سپس خدای تعالی جانشان را می‌گیرد و آنها مدت سیصد و نه سال در آن غار می‌مانند. در طول این مدت «دقیانوس» می‌میرد و حکام دیگری سر کار می‌آیند تا اینکه در زمان مقرر «مکسلمینا» از خواب بیدار شده و بقیه را صدا می‌کند. آنها چون آفتاب نیمروز را می‌بینند، گمان می‌کنند که فقط شب گذشته را در خواب بوده‌اند. یکی از آنها به نام تملیخا چند درم به مهر و سکه دقیانوس به بازار می‌برد تا آذوقه بخرد. وقتی تملیخا به شهر می‌رود خانه‌ها و بازار شهر برایش عجیب و غریب می‌نماید. او سکه خود را به نانوا می‌دهد و نان درخواست می‌کند. نانوا می‌پرسد: «این سکه را از کجا آوردی؟» «تملیخا» می‌گوید: «روز قبل از همین جا گرفتم، مگر مهر دقیانوس را نمی‌بینی؟» اما مرد نانوا که بی‌سواد بود، دقیانوس را نشناخت و همراه او نزد حاکم شهر رفتند. حاکم، وقتی سکه عهد دقیانوس را می‌بیند، مطمئن می‌شود که او جزء اصحاف کهف و متعلق به عهد دقیانوس است که قصه آنها را در انجیل خوانده است.

وقتی «تملیخا» قضیه خود و یارانش را شرح می‌دهد، حاکم شهر به او می‌گوید که از زمان عهد دقیانوس تا آن زمان سیصد و نه سال می‌گذرد.

تملیخا به همراه حاکم و عده‌ای ملازمان به سوی کهف می‌روند و تملیخا مرگ دقیانوس و ظهور مسیح را به یاران خود بشارت می‌دهد و بعد هم به فرمان خدا در دم جان می‌سپارد و بقیه اصحاب کهف و حتی سگ قطمیر هم جان به جان‌آفرین تسلیم می‌کنند.

و این خلاصه‌ای بود از تاریخچه و علت تسمیه عهد دقیانوس و قصه اصحاف کهف.

## واژه‌نامه ترکی

یاغش: باران / قار: برف / اورگ: دل / گوز: چشم / قز: دختر / اوغلان: پسر / قوجا: پیر / قارقا: کلاغ / ایت: سگ / گویچه: زیبا / گجه: شب.

**فرستنده: حسین داوودی از میانه**

## ضرب‌المثل مازنی

◀خنده نزن کسون سر، شونه ته وچونه.

برگردان: دیگران را مسخره نکن که همان عیب در بچه تو ظاهر می‌شود.

◀امسال میچکا دره پارساله میچکا ره یاد دنه.

برگردان: گنجشک امسال دارد به گنجشک پارسال یاد می‌دهد.

(کنایه از کسی که به بزرگتر از خودش، دانسته‌هایش را یاد می‌دهد.)

**فرستنده: قاسم آقاجانپور نشلی از آمل**

## چند نوع نان شاهرودی

**نان زردو:**

برای طبخ این نوع نان پس از خمیر کردن آرد به آن روغن، زردچوبه و سیاه‌دانه می‌افزایند و سپس خمیر را با وردنه پهن و به صورت نان لواش در تنور می‌پزند.

**نان شیری:**

این نان از ترکیب سه کیلو آرد، یک کیلو و نیم شیر، یک کیلو شکر و نیم کیلو روغن به دست می‌آید.

**کولاچ:**

پس از خمیر کردن آرد، آن را با وردنه به صورت نان تافتون درآورده و با روغن کنجد می‌پزند.

**نان قندی یا کاک:**

این نان از ترکیب آرد، روغن، شکر به دست می‌آید. خمیر حاصله از این ترکیب را با وردنه به قطر ده سانتی‌متر به صورت لوزی می‌برند.

**برگرفته از کتاب: فرهنگ مردم شاهرود**

**فرستنده: ماندانا کرد از ساری**

## باورهای عامیانه مردم نمین

مردم نمین معتقدند:

◀سوزاندن پوست پیاز در خانه باعث طلسم می‌شود.

◀خارش چانه، علامت بوسیدن روی میهمان عزیز است.

◀پاشیدن آب روی گربه باعث جن‌زدگی می‌شود.

**فرستنده: سارا بابایی از شهرستان نمین**

## واژه‌نامه دیده‌بانی (از توابع لارستان)

چکر: مملو / کولولو: ازدحام / موده‌ده: حیران / ویرشت: فوری / پوزال: کفش / تپکو: کشیده / مشمور: خجالتی / ازوله: شکاف / هپرون: حمله‌ور شدن / وژگنئی: ژولیده / سلُک لُک: آرام دویدن

**فرستنده: محمد غلامی بیرمی از بیرم لارستان**

## بایاتی‌های گوگانی

تقی‌باغی، بِزنسین    چک قاپی یِز کنیسن
نه یاریم اُوَه، گلسین    نه دردیم تَزَ کنسین

برگردان: باغ تقی را تزیین کنید / در را بکش و محکم کن تا قفل شود / نه یارم به خانه بیاید / نه دردم تازه‌تر شود.

◇ ◇ ◇

قیزیل اوزیک لاخلادی    وردیم آنام ساخلادی
قربان اولوم آناما    یاری قوناق ساخلادی

برگردان: انگشتر طلایی (در انگشتم) لق شد / دادم تا مادرم آن را نگه دارد / قربان آن مادرم شوم / که یارم را در خانه میهمان نگه داشته است.

**فرستنده: حیدر حجاری گوگانی از گوگان**

## تعبیر خواب به عقیدهٔ مردم فسا

مردم روستای دستجه فسا معتقدند:

◀دیدن مار در خواب خبر از ثروتمند شدن می‌دهد و در اصطلاح می‌گویند: «مار مال است.»

◀دیدن آب روان، خبر از فراوانی رزق و روزی می‌دهد.

**فرستنده: حسن چراغیان از روستای کوشه بردسکن خراسان**

## ضرب‌المثل لری

◀هم خدانه ها هم خرما.

برگردان: [فلانی] هم خدا را می‌خواهد، هم خرما را.

[کنایه از حرص و طمع.]

◀دما درو داسی و دسش!

برگردان: بعد از اتمام درو، داس را دست می‌گیرد.

[کنایه از دیر آمدن.]

**فرستنده: حسن قاسمی از شهر موسیان ایلام**

## نامه‌های شما رسید:

معصومه کیخا از درگز ـ عبدالواحد بلوچ از روستای هیتک نیکشهر (دو نامه) ـ جعفر بابایی از نمین ـ عبدالرحمن حمودی سهلی از روستای سهیلی قشم ـ فرداد فرد رضایی از تهران ـ؟ از اصفهان ـ داوود خامنه‌ای از تهران.

# سلسله گزارشهای زندان

چاپ و انتشار این سلسله گزارشها به منزله صحت و یا تأیید موارد مطرح شده در آن‌نیست.

**هان ای دل عبرت بین**

تهیه: مجید شادمان‌نژاد

**این هفته: زندان ورامین - بند نسوان**

# انتقامم را با چاقو گرفتم!

**هفته قبل، مصاحبه ما را با خانمی که به همراه قاتل همسرش فرار کرده بود، مطالعه کردید. همانطور که به شما قول داده بودیم، در این شماره مصاحبه ما با قاتل شوهر آن زن را خواهید خواند. البته به دلیل آنکه قاضی محترم پرونده، رأی خود را در مورد این دو نفر صادر نکرده است، اتهام هیچ‌یک و نیز مدت قطعی محکومیت آن دو مشخص نیست.**

**ساعت از ده صبح گذشته بود که وارد زندان ورامین شدم. امیدوار بودم که حداقل آن روز متهمان را زودتر از دفعات قبل بیاورند، اما وقتی حدود یک ساعت بیکار در دفتر بند به انتظار نشستم، برایم یقین شد که هر بار یک ساعت وقت تلف شده در زندان خواهم داشت!**

**همچنان در ذهنم با این موضوع درگیر بودم که ضربه‌ای به در خورد و به دنبال آن، مردی بلندقد در آستانه در، پدیدار شد!**

**مرد، سلامی گفت و همچنان بر آستانه در ماند! چهره‌اش کاملاً شبیه اهالی کشور همسایه، افغانستان بود. با لهجه شیرینی شروع به صحبت کرد. او را دعوت به نشستن کردم و بعد پرسیدم:**

- اهل کجایی؟

- افغانستان، اما الان حدود بیست سال است که در ایران زندگی می‌کنم.

- می‌دانی چرا صدایت کردند؟

- کاملاً نه!

با این جواب ناچار شدم برایش توضیح دهم که به چه منظور او را خواسته‌ام.

به مصاحبه بی‌میل نبود. با رغبت پذیرفت که با هم صحبت کنیم و به این ترتیب اولین سؤال را مطرح کردم: چطور شد به ایران آمدی؟

-بیست سال قبل، زمانی که من ۱۷-۱۶ سال بیشتر نداشتم، افغانستان سخت درگیر جنگ بود. شما خودتان که هشت سال در جنگ بودید، خوب می‌دانید شرایط دوران جنگ چقدر سخت و بحرانی است. پدر و مادر من آن زمان کشاورز بودند. منهم همپای آنها کار می‌کردم. محصولمان هم گندم و جو، نخود و لوبیا و ماش بود، با اینکه همگی روی زمین کار می‌کردیم، ولی از نظر مالی خیلی مشکل داشتیم. به همین خاطر من تصمیم گرفتم در جایی مشغول به کار شوم، اما تنها کاری که آن زمان در افغانستان می‌شد انجام داد، جنگ بود و جنگ و جنگ. به همین خاطر تصمیم گرفتیم مثل خیلی از هموطنان دیگر از افغانستان مهاجرت کنیم و این‌چنین شد که ما راهی ایران شدیم.

به نسبت بعدها، ما خیلی راحت از طریق مرز زاهدان وارد خاک ایران شدیم و از زاهدان مستقیم به مشهد رفتیم. مدتی در مشهد بودیم تا اینکه تهران را برای اقامت انتخاب کردیم. تهران اگرچه شهر بزرگی بود، اما کار برای افغانی نداشت. ضمن اینکه من فقط کار کشاورزی بلد بودم. در تهران به راهنمایی همشهری‌هایم راهی ورامین شدم که یکی از مناطق کشاورزی اطراف تهران بود و باز از شهر ورامین راهی یکی از دهات اطراف. همان زمانها بود که با این مرحوم آشنا شدم.

> **او بعد از ازدواج همچنان با من در ارتباط بود و منهم به خانه آنها رفت و آمد داشتم. تا جایی که همسر و مادر همسرش مرا برادر خطاب می کردند. چند سالی از ازدواج او می گذشت که فردی از آشنایانم به من پیشنهاد کرد...**

آن زمان او چهل و سه یا چهل و چهار سال داشت و هنوز مجرد بود. او وقتی دید من بیکار هستم، مرا به جایی معرفی کرد تا چوپانی کنم. خود او هم چوپان دولت بود و درآمدش بد نبود. من مدتی چوپانی کردم، اما چون به این کار خیلی وارد نبودم، بلافاصله که کار کشاورزی پیدا کردم، چوپانی را رها کردم و به کشاورزی روی آوردم.

اما ارتباطم با همشهری‌ام که در حق من لطف کرده بود، قطع نشده بود و ما همچنان با هم در رابطه بودیم. تا اینکه چندی بعد او تصمیم به ازدواج گرفت و به خواستگاری دختر یکی از اهالی همان منطقه رفت که اتفاقاً خانواده دختر، به ازدواج رضایت دادند و او صاحب زن و فرزند شد. او بعد از ازدواج همچنان با من در ارتباط بود و منهم به خانه آنها رفت و آمد داشتم. تا جایی که همسر و مادر همسرش مرا برادر خطاب می‌کردند. چند سالی از ازدواج او می‌گذشت که فردی از آشنایانم به من پیشنهاد کرد، مدتی برای کار به شهر رشت بروم. او می‌گفت در رشت کسی را می‌شناسد که به کارگر بلوک‌زن احتیاج دارد. من که از کشاورزی هم خسته بودم، سفر کوتاه مدتی به رشت رفتم و با صاحبکار صحبت کردم و چون با او به توافق رسیدم، به ورامین برگشتم. وسایلم را جمع کردم و راهی رشت شدم.

حدود یک سال رشت بودم. البته در این مدت هرازچندگاهی به ورامین می‌رفتم و به همان دوستم سری می‌زدم و برمی‌گشتم. در یکی از همین سرکشی‌ها بود که او به من پیشنهاد کرد از رشت برگردم و گفت که در منطقه‌ای معروف به آبسرد در فیروزکوه به کارگر احتیاج دارند و روزی ۹-۸ هزار تومان حقوق می‌دهند با سه وعده غذا.

اما من قبول نکردم. من تازه در رشت جا افتاده بودم. آب و هوا و مردمش را دوست داشتم. حرفه‌ای یاد گرفته بودم و همه اینها برای من، امتیاز بود. اما او اصرار می‌کرد که برگردم. هرچه بهانه آوردم که من تمام وسایل زندگی‌ام را برده‌ام رشت، برایم سخت است دوباره برگردم و کلی هزینه جابه‌جایی بدهم، اما او بسیار اصرار کرد که نه برگرد و بیا! بالاخره آنقدر اصرار کرد که من قبول کردم و قرار شد او برود و آنجا مشغول شود تا من بروم و وسایلم را بیاورم. من قصد داشتم همان روز برگردم رشت، اما او گفت تا غروب بمانم و با اتوبوس شب‌رو بروم. خودش هم رفت. او گفت غروب با یکی از رفقایش برمی‌گردد. اما... اما او رفت و سه روز و سه شب برنگشت و من را در بلاتکلیفی گذاشت. مانده بودم مستأصل بروم یا بمانم. از یک طرف زن و بچه‌اش اصرار می‌کردند که نرو، از یک طرف کار و زندگی خودم در رشت مانده بود بی‌سر و صاحب!

بالاخره بعد از سه روز و سه شب آمد و کلی عذرخواهی کرد و با قول اینکه زود برگردم، راهی رشت شدم.

چند روزی طول کشید تا من وسایلم را از رشت به ورامین منتقل کردم. چند روز بعد او گفت که خودش نمی‌تواند با من به آبسرد بیاید، ولی همسرش را به همراه پسردایی‌اش برای کار می‌فرستد. چند روز بعد ما راهی آبسرد شدیم. روز بعد کارمان را شروع کردیم. پسردایی خانم دوستم، چند روزی بیشتر آنجا نماند و من و زن و بچه دوستم آنجا ماندیم. حدود سه ماه آنجا کار کردیم و بعد از پایان کار دوباره راهی ورامین شدیم. من که دیگر از اسباب‌کشی‌های مکرر خسته شده بودم، در ورامین ساکن شدم و دوباره همانجا کار کشاورزی را شروع کردم.

مدتی از این جریان گذشت تا اینکه یک روز نزدیک غروب، دوستم به خانه من آمد. خیلی ناراحت بود. جریان را پرسیدم، چیزی نگفت. احساس کردم که می‌خواهد چیزی بگوید، اما مِن و مِن می‌کند. بالاخره بعد از اینکه مدتی با خودشَ کلنجار رفت گفت که دردش چیست. زنش قهر کرده و به خانه برادرش رفته بود و تهدید کرده بود که قصد جدایی دارد. از آنجا که تا آن روز این برنامه‌ها در زندگی‌شان نبود، او ترسیده بود که مبادا همسرش تهدید خود را عملی کند و او را با چهار بچه تنها بگذارد و حالا آمده بود تا

با تشکر از همکاری قوه قضاییه، مدیریت محترم ندامتگاه اوین و ریاست محترم ندامتگاه ورامین، روابط عمومی سازمان زندانها، روابط عمومی دادگستری کل استان تهران و تمامی عزیزانی که در تهیه این گزارش ما را یاری دادند.

**تنظیم و نگارش : سیده فریبا زواره‌ای**
**شماره تماس: ۲۹۹۹۳۳۴۷**
E-Mail : f_Zavarei @Yahoo. Com

مرا واسطه کند و به همراه هم به خانه برادرزن او برویم و همسرش را برگردانیم. از آنجا که آنها از دوستان نزدیکم به حساب می‌آمدند قبول کردم و به اتفاق او و پسردایی‌اش به منزل برادرزن او رفتیم. اتفاقاً وقتی رسیدیم سفره پهن بود و به اصرار صاحبخانه، ما هم سر سفره نشستیم و با هم شروع به شام خوردن کردیم. درحین شام خوردن متوجه نشدم، خواهرزن او یا کس دیگری با چوب مرا زدند، من دیگر چیزی متوجه نشدم جز آنکه پسردایی او دست مرا گرفت و از خانه بیرون آورد و در همان حال دوستم هم همسرش را به حیاط آورده بود و او را می‌زد.

آن شب من با چه حالی به خانه برگشتم، بماند. صاحبخانه‌ام که تا به آن روز مرا در آن وضع ندیده بود، با دیدن من شوکه شد و پرسید که چه بلایی به سرم آمده است. مجبور شدم به دروغ بگویم که در صندوق عقب ماشین به سرم خورده است.

اگرچه او با این جواب قانع شد، اما من تا یکی ـ دو هفته بعد با خودم درگیر بودم. اما علت این کار آنها را پیدا نکردم. در طول چندین و چند سال دوستی و رفت و آمد خانوادگی، هیچ دلیلی پیدا نمی‌کردم که به آنها اجازه بدهد مرا با چوب بزنند! و همین بی‌جواب ماندن سؤالاتم و اینکه بعد از آن ماجرا، آنها هیچ سراغی هم از من نگرفتند، باعث شد که خیلی خیلی از آنها ناراحت باشم به‌طوری که بعد از مدتی این ناراحتی به کینه تبدیل شد. حالا اگر هر دلیلی هم می‌آوردند، مرا قانع نمی‌کرد، جز آنکه از آنها انتقام بگیرم.

دو هفته بعد، وقتی حالم بهتر شد، یک شب به سراغش رفتم. قصدم این بود که دست یا پای او را زخمی کنم. درست مثل همان بلایی که به سرم آورده بود.

ساعت ۱۰ شب بود که زنگ در خانه‌اش را زدم. در را که باز کرد، با دیدن من خیلی متعجب شد. مهلت به او ندادم گفتم که چرا آن شب مرا به نامردی زدند. من هیچ خیانتی در حق او نکرده بودم که بخواهد این بلا را به سرم بیاورد. او هم شروع کرد به دلیل و برهان آوردن که اصلاً متوجه نشد چه کسی این کار را کرد، او خودش شرمنده است و... اما این حرفها زمانی برای من قابل قبول بود که یک روز از آن اتفاق گذشته باشد، نه دو هفته. به هرحال ما حدود یک ساعت با هم درگیری لفظی و مشاجره داشتیم تا اینکه بالاخره صبر من تمام شد و چاقویی را که همراه برده بودم درآوردم. من اصلاً قصد کشتن او را نداشتم. آنها مرا زخمی کرده بودند و منهم می‌خواستم فقط او را زخمی کنم. اما یک ساعت و نیم جروبحث با او آنقدر اعصابم را خرد کرده بود که نفهمم چه می‌کنم. حیاط تاریک بود و من نمی‌دیدم که چه بلایی به سر او می‌آورم، فقط او را می‌زدم، به کجایش؟ نمی‌دانم! حتی نمی‌دانم چند چاقو به او زدم، اما به هرحال او از پا افتاد. با سروصدای ما همسرش متوجه درگیری ما شد و بیرون آمد و وقتی پیکر غرق به خون شوهرش را دید، شوکه شد. من که دیگر ماندن در آنجا را اصلاح نمی‌دانستم، برگشتم که از خانه بیرون بیایم. همسرش آمد جلویم و التماس کرد که هرجا می‌روم او را با خودم ببرم. می‌گفت، قوم و خویش‌های شوهرش اگر بفهمند به سراغ او می‌آیند و او را می‌کشند! سعی کردم او را قانع کنم، اما نپذیرفت و ناچار به همراه او شبانه و با پای پیاده از ورامین حرکت کردیم و به یکی از روستاهای مجاور رفتیم و بعد از آنجا راهی اصفهان شدم.

در اصفهان آشنا داشتم. سیدی بود که سالها من در ورامین برای او کشاورزی کرده بودم و مدتی بود که به اصفهان رفته بود. قصد داشتم مدتی آنجا بمانم تا آبها از آسیاب بیفتد. در طول راه با همسر مقتول هماهنگ کردم که اگر احیاناً صاحبخانه نسبت ما را پرسید، بگوید که من همسرش هستم. چاره‌ای جز دروغ‌گویی نداشتم. نمی‌توانستم راستش را به آنها بگویم. به هرحال ما یک هفته‌ای در اصفهان بودیم که مأمورهای آگاهی به سراغمان آمدند و ما را گرفتند. حال چه کسی ما را در ورامین لو داده بود نمی‌دانم، اما به هرحال خیلی راحت رد ما را گرفتند و پیدایمان کردند و از آنجا به زندان ورامین انتقال دادند.

هنوز هم محاکمه آخرمان مانده. نمی‌دانم چه حکمی می‌گیرم، اما باور کنید من اصلاً قصد کشتن او را نداشتم. می‌دانم با بردن زن او، اتهامات دیگری هم متوجه من می‌شود، اما به خدا قسم بین من و او به غیر از خواهر و برادری هیچ نبوده است. اگر هم او را همراه خودم بردم فقط و فقط به خاطر التماسهایش بود. می‌گفت اگر بماند، تأمین جانی ندارد. چون سرپرست ندارد، اقوام شوهرش او را خواهند کشت و من به خاطر التماسهایش ناچار او را با خودم بردم. درحالی که اگر او همراهم نبود، به‌راحتی می‌توانستم به افغانستان بروم. چون هم پول داشتم و هم وقت کافی برای فرار، اما با خودم گفتم، بهتر است خودم مجازات شوم، اما کار به دعوای قومی نرسد. مطمئن بودم به خاطر این مسأله شاید ۷۰ـ۶۰ نفر با هم درگیر شوند. فقط برای جلوگیری از این مسائل من با این زن فرار کردم. حالا هم نمی‌دانم عاقبت ما به کجا خواهد رسید. ای کاش من اصلاً در این مسأله دخالت نمی‌کردم و خود را اینطور به دردسر و عذاب نمی‌انداختم.

■

**O در پرانتز:**

**(همانطور که شما عزیزان نیز متوجه شدید، ضد و نقیض‌های آشکاری در صحبت‌های این دو نفر هم‌جرم وجود داشت که بررسی کارشناسانه آن از عهده ما خارج است، اما قدرمسلم آنکه، هر دو آنها دچار اشتباه و خطای بزرگی شدند. در مورد آن خانم هفته قبل نوشتیم، اما اگر فرض را بر صدق کلام این مرد بگذاریم، باید بگوییم که شاید اشتباهات عمده او آن بود که اولاً در مسأله خانوادگی دوستش نباید مداخله می‌کرد، چرا که هم آن مرد و هم آن زن اقوامی داشتند که هرکدام به‌تنهایی می‌توانستند مشکل آنها را حل کنند. بنابراین ارجحیت حل و فصل یک مشکل خانوادگی با اقوام درجه یک بود نه او که فقط عنوان دوست را یدک می‌کشید.**

**اشتباه دیگر او آن بود که بعد از مداخله و مورد ضرب و شتم قرار گرفتن یا همان شب به یکی از مراجع قانونی شکایت می‌برد. یا چند روز بعد درصدد آن برمی‌آمد تا علت تعرض ساکنان خانه را جویا شود نه آنکه بعد از دو هفته، به قصد انتقام‌گیری به منزل مقتول برود. او حتی می‌توانست با چند کلام سنگین برای همیشه رابطه‌اش را با آنها قطع کند. نه آنکه با چاقو به صاحبخانه حمله کند.**

**و اما اشتباه سوم‌اش، فرار از صحنه جرم آنهم با همسر مقتول است که خود اتهاماتی را درپی خواهد داشت. به هرحال آنها باید تا روز دادگاه، منتظر حکم بمانند و بدانند که قانون هرگز از هیچ خطایی چشم‌پوشی نمی‌کند.)**

# بدلی همه چیز را نابود کرد

**از: لیلا تحقیقی**

وقتی او را بین خانم‌هایی که در کانون جمع می‌شدند دیدم خیلی زود به من اعتماد کرد و سفره دلش را برایم گشود.

از زندگی انتظار زیادی نداشت و فقط دلش می‌خواست فرد مفیدی برای خود و جامعه‌اش باشد. اما افسوس که چهره زشت فقر و محرومیت او و دیگر اهالی روستای دورافتاده‌اش را افسون خود ساخت و آنها را مجبور کرد که از روستایشان به سوی سرنوشتی مبهم کوچ نمایند. سرنوشتی که با خواندن آن دل هر انسانی به درد آمده و از خود می‌پرسد، آیا همه کسانی که در نقاط دورافتاده زندگی می‌کنند به جرم محرومیت باید محکوم به چنین آینده‌ای باشند؟!....

او با چهره‌ای مهربان و شکسته که آثار تازیانه روزگار را به‌راحتی می‌توان در آن مشاهده کرد سرگذشت خود را اینگونه آغاز می‌کند...

از زمانی که چشم باز کردم و یادم می‌آید، غیر از چهره زشت فقر و نداری و محرومیت چیز دیگری ندیدم.

در یکی از روستاهای خطه گیلان به دنیا آمدم. روستایی که هیچ‌گونه امکانات رفاهی وجود نداشت، نه مدرسه‌ای، نه حمامی و نه درمانگاه، حتی وسیله نقلیه جمعی هم به زور پیدا می‌شد. به علت فقر شدید روستا بچه‌ها حتی نمی‌توانستند درس بخوانند و من هم از همان دست بچه‌ها بودم.

زندگیمان همین‌گونه می‌گذشت تا اینکه، برادر بزرگم برای کار به رامسر رفت و در آنجا توانست از طریق یکی از بنیادها یک قطعه زمین هفتاد متری برای پدرم بگیرد و این انگیزه‌ای شد برای کوچ ما به رامسر.

در رامسر پدرم مشغول کار در باغهای مردم شد. من و مادرم که وضعیت سخت او را می‌دیدیم تصمیم گرفتیم در یکی از انبارهایی که در آن پرتقال بسته‌بندی می‌کردند کار کنیم.

حدوداً شانزده ساله بودم که یکی از کارگران کارگاه که کارهای سنگین را انجام می‌داد، مرا از مادرم خواستگاری کرد. همان شب مادرم موضوع را با پدرم درمیان گذاشت و قرار شد با خانواده او آشنا شویم.

البته خواستگارم پسر جوان و خوش قیافه‌ای بود، اما هر وقت او را می‌دیدم، حالت بدی به من دست می‌داد و چندشم می‌شد. از طرفی آنها وضعیت مالی خیلی بهتری نسبت به ما داشتند، برای همین روزی که مادر و خواهرش به خواستگاری من آمدند، پدرم این مسأله را مطرح کرد و گفت که فکر نمی‌کند ما از نظر اجتماعی به یکدیگر بخوریم، ولی مادر او پنج انگشتش را نشان داد و گفت:

-ببین پنج انگشت دست نیز برابر نیستند، اما همه آنها روی یک دست سوار شده‌اند. این حرفها مال قدیم بود. مهم نجابت و ایمان دختر است که خدا را صد مرتبه شکر تا آنجا که می‌دانم، معصومه جان از هر دو آنها بهره‌مند است، به همین دلیل ما دختر شما را پسند کردیم و غیر از اینجا جای دیگری نمی‌رویم.

بنابراین همان روز قرارها گذاشته شد و مهریه‌ام را که یک جلد کلام‌الله مجید، یک شاخه نبات، آیینه و شمعدان و صد هزار تومان پول نقد رایج مملکت بود، تعیین کردند.

اما هنوز دو ماهی از نامزدی ما نگذشته بود که همه می‌گفتند این ازدواج عاقبت ندارد، زیرا او مرد بدبین و بدلی است و اخلاق تند و زشتی دارد برای همین آبش با هیچ کس در یک جوی نمی‌رود.

> **با اینکه خواستگارم پسر جوان و خوش قیافه‌ای بود، اما هر وقت او را می دیدم، حالت بدی به من دست می داد و چندشم می شد**

البته من گوش به این حرفها نمی‌دادم. چون عقد کرده بخشعلی بودم و جدایی از او را ننگی بر دامن خانواده‌ام می‌دیدم، پس ترجیح دادم با او زندگی کنم. به این امید که شاید این حرفها دروغ باشد یا من بتوانم اخلاقش را تغییر بدهم.

چهار ماه بعد هر طوری که بود عروسی برگزار شد، غافل از اینکه تازه مشکلات من بعد از جدایی از خانواده‌ام آغاز می‌شود.

بخشعلی خانه‌ای در یکی از حومه‌های اطراف تهران اجاره کرده بود، که شب بعد از عروسیمان به آنجا رفتیم. اما از همان اولین روزها، دوری از خانواده‌ام از یک‌طرف و حرفهای زشت و تهمت‌های ناروای شوهرم از سوی دیگر به سختی آزارم می‌داد. او صبح که می‌خواست از خانه خارج شود، درها را نگاه می‌کرد، پنجره‌ها را چفت و بست کرده و ملحفه‌ای که پشت آن زده بود را صاف می‌کرد. بعد پرده‌ها را می‌کشید و کیپ می‌کرد و از در خانه خارج می‌شد و غروب هم وقتی به خانه می‌آمد، وقتی نگاهش به پرده‌ها می‌افتاد، داد و بیداد راه می‌انداخت و حرفهای زشت و رکیکی به من می‌گفت که از گفتن آن شرم دارم.

یک ماه از ازدواجمان می‌گذشت که متوجه شدم باردار هستم و موضوع بارداریم را با او درمیان گذاشتم، بلکه دست از این تهمت‌ها بردارد، اما فایده‌ای نداشت و تا زمان زایمانم سه بار محل خانه را تغییر داد.

ده روز بعد از تولد «آتنا» چون دیگر تحمل آزارهای او را نداشتم، به کلانتری رفته و همراه برادرم، یک شکواییه علیه بخشعلی تنظیم کردم، اما او وقتی همراه مأمور وارد کلانتری شد، شروع به کولی‌بازی و گریه و زاری نمود و آنقدر التماس و زاری کرد که برادرم خجالت زده شد و من رضایت دادم که فقط از او تعهد گرفته شود. اما چه فایده، چون به محض اینکه وارد خانه شدیم بخشعلی دوباره روش قبلی خود را از سر گرفت و من فقط تحمل می‌کردم.

تا اینکه دخترم هشت ماهه شد و من برای بار دوم باردار شدم، درحالی که در این چند ماه چون بخشعلی با صاحبخانه‌ها نمی‌ساخت و به آنها تهمت می‌زد، ما دو بار دیگر هم خانه را تغییر دادیم.

البته طی این مدت پدرم که از وضع نابسامان من باخبر شده بود، برایم پیغام فرستاد بهتر است از او جدا شوی و روی همین اصل تا قبل از تولد فرزند دومم مرتب دادگاه و دادگاه‌کشی و قهر و آشتی داشتیم، تا اینکه پسرم محسن به دنیا آمد. و پانزده روز بعد خبر رسید پدرم فوت کرده است. برای همین ما به رامسر رفتیم و بعد از پایان مراسم به تهران برگشتیم. فردای برگشتن ما از رامسر بخشعلی با صاحبخانه کتک‌کاری مفصلی راه انداخت، و صاحبخانه هم ما را از خانه‌اش بیرون کرده و اثاثیه‌مان را در کنار کوچه ریخت و بخشعلی با هر بدبختی که بود، دو کوچه پایین‌تر یک خانه اجاره کرد. ولی او در این خانه هم شش ماه بیشتر دوام نیاورد و باز جای دیگر و...

از بدشانسی‌ام یک سال بعد از آخرین جابه‌جایی برای بار سوم باردار شدم و در این گیرودار چون از تک و تای دادگاه و شکایت افتاده بودم، خودم را به

> زندگی با بد و
> خوبش می گذرد
> و من هر روز
> قوی تر و
> مصمم تر از
> همیشه برای
> خوشبختی آینده
> بچه هایم تلاش
> می کنم

دستهای سرنوشت سپردم. اما با به‌دنیا آمدن «اتیه» همه چیز از نو شروع شد. تا جایی که همسرم حتی به برادرهای من هم شک کرد و این مسأله دیگر از حد و توان من خارج بود. شاید باورتان نشود اما آتیه شش، هفت روزه بود که دوباره مجبور شدیم اثاثمان را روی کولمان گذاشته و به جای دیگر نقل مکان کنیم. در آن خانه یک پیرمرد و پیرزن مهربان زندگی می‌کردند. اما بخشعلی به آن پیرمرد مهربان هم تهمت زد و به من گفت:

- علی‌آقا چشمش به دنبال توست.

و هنوز یک ماه از اجاره آنجا نگذشته بود که قرارداد را فسخ کرده و خودتان بقیه‌اش را حدس می‌زنید...

بنابراین بخشعلی برای خلاصی از این وضعیت تصمیم گرفت جایی را اجاره کند که صاحبخانه در آن حضور نداشته باشد و همین کار را هم انجام داد و چند سالی را بدون مشکل سپری کردیم تا اینکه عید سال ۷۵ از راه رسید و من و فرزندانم به رامسر رفتیم تا با خانواده‌ام دیداری تازه کنیم. آن سال تا روز چهاردهم همه بلیت اتوبوس‌ها پیش‌فروش شده بود و به همین علت ما نتوانستیم به خانه برگردیم و همسرم عصر روز چهاردهم با ماشین سواری خودش را سراسیمه به خانه مادرم رساند و شروع به داد و بیداد کرد که چرا اینقدر اینجا مانده‌اید و... هرچه قسم خوردم که بلیت گیرم نیامد، قبول نکرد که نکرد و روز پانزدهم او بچه‌ها را برداشت و به تهران رفت، درحالی که من در خانه مادرم ماندم تا تکلیفم مشخص شود.

دو ماه بعد دادگاه تشکیل شد و در آن دادگاه از بخشعلی خواستند تا تعهد بدهد اما او قبول نکرد. برای همین من نیز حاضر به سازش نشدم و او خود به تنهایی به تهران برگشت، اما هر روز به خانه برادرهایم می‌رفت و به آنها التماس می‌کرد تا مرا برگردانند و وقتی در این امر خود را ناموفق دید یک روز در خانه یکی از برادرانم برای او قسم خورد که مرا با مرد غریبه‌ای دیده است و به خاطر این تهمت دعوای سختی بین او و برادرم درگرفت و باز کار به کلانتری کشید و وقتی من جریان را شنیدم کلی گریه کردم و به بدبختی بخشعلی غصه خوردم.

اما برادرم مرا دلداری داد و گفت که او مرد زندگی نیست و بهترین راه‌حل این است که خودم را از زندگی با یک مرد دیوانه نجات بدهم، ولی من به خاطر التماس فرزندانم بعد از پنج ماه دوباره به خانه برگشتم.

در این مدت بخشعلی به این نتیجه رسیده بود که خانه‌ای هر چند کوچک بخرد تا دیگر مجبور نشود هر روز اسباب‌کشی کند. برای همین خودش را از محل کار بازخرید کرد و با پول آن بعد از جستجوهای فراوان یک خانه هفتاد و پنج متری دوخوابه خرید و ما با خوشحالی به آنجا نقل مکان کردیم. اما افسوس که این خوشحالی فقط چهار ماه طول کشید. چون او این بار رفت و آمد مرا با خانواده‌ام ممنوع کرد تا طور دیگری آزارم بدهد. به همین دلیل از خانه‌اش با یک چمدان کوچک بیرون آمده و درخواست طلاق دادم.

اما چون جا و مکان مشخصی نداشتم، هر روز در خانه یک نفر از فامیل و یا خواهر و برادرهایم بسر می‌بردم و به خاطر اینکه او در دادگاه از من تعهد گرفته بود که نباید فرزندانم را ببینم، هر هفته دور از چشم بخشعلی به مدرسه بچه‌ها رفته و آنها را می‌دیدم.

دو سال در راه دادگاه دوندگی کردم و هرگاه که دادگاه داشتیم او مقابل قاضی قرار می‌گرفت، و بی‌زبانی من سوءاستفاده کرده و تمام حرفهای مرا تکذیب می‌کرد، آنقدر زبان می‌ریخت و معرکه می‌گرفت که خدا داند و بس. مثلاً می‌گفت:

- چه کسی می‌خواهد زنش را طلاق بدهد اگر او راست گفته بهتر است شاهدی بر مدعای خود بیاورد تا حرفهای او را تأیید کند. من و بددلی؟ من و دعوا؟ از من خوش‌زبانتر و خوش‌اخلاق‌تر پیدا نمی‌شد. همیشه سرم به کار خودم است و بس.

قاضی هم هر بار حکم را به دادگاه بعدی ارجاع می‌داد، اما بالاخره بعد از کلی دوندگی و هزینه مبلغ قابل ملاحظه‌ای وجه نقد و جنگ و دعوا، هر دو به این نتیجه رسیدیم تا به‌طور توافقی از هم جدا شویم و هرکس پی بخت خودش برود. البته او می‌خواست بچه‌ها را به من ندهد اما قاضی خواست نظر بچه‌ها را بداند و بخشعلی مجبور شد روز آخر آنها را همراه خود به دادگاه بیاورد. وقتی قاضی نظر بچه‌ها را جداگانه و تک تک جویا شد، آنها نیز مرا انتخاب کردند و من به آرزوی خودم رسیده و حضانت فرزندانم را از پدرشان گرفتم. علاوه بر این او مهریه مرا تمام و کمال داد و بدون هیچ دردسری از هم جدا شدیم و وسایل مختصری که فقط شامل لباسهای من و بچه‌ها و لوازم مدرسه‌شان بود را برداشته و به خانه برادرم رفتیم. ده روز به دنبال خانه می‌گشتیم، اما هر کس که می‌فهمید من یک زن مطلقه هستم، خانه‌اش را به ما اجاره نمی‌داد.

تا اینکه یک خانم مسن و خیرخواه که در کوچه خواهرم زندگی می‌کرد وقتی خواهرم مشکلم را با آنها درمیان گذاشت، با تمام توان از من و بچه‌هایم حمایت کرد. او حتی یک اتاق دوازده متری در خانه خودش برایم خالی کرده و علاوه بر آن تمام وسایل زندگی و آسایش ما را تأمین نمود. در حالی که من حتی یک قاشق هم نداشتم، اما این خانم و آقای مهربان همراه با یکی از همسایه‌های بسیار خوبشان و دخترش که تازه عروس هم بود به من کمک کردند. آنها حتی از من کرایه یا پول پیش هم نگرفتند. اما من به خاطر تنگی جایم و محضوریت‌های اخلاقی دنبال خانه مناسب‌تری گشتم و خانه‌ای را پیدا کردم.

صاحبخانه جدیدمان خودش در مازندران زندگی می‌کرد و فقط برای گرفتن اجاره می‌آمد و قرار بود مبلغ اجاره بین من و برادرم نصف شود تا اینکه یک ماه بعد از رفتن ما به آنجا برادر و مادرم در یک حادثه تصادف به چنان وضعیتی افتادند که هر کس آنها را می‌دید باور نمی‌کرد که زنده بمانند. اما با خواست خدا از مرگ نجات پیدا کردند و نگهداری از آنها با این همه مشکل روی شانه‌های نحیف من افتاد.

پای برادرم که تا بالای ران در گچ بود و مادرم هم دیگر نمی‌توانست از جایش حرکت کند. و با اینکه خواهرانم وضع مالی خوبی داشتند، هیچکدام حاضر نشدند از آن دو نگهداری کنند.

من هم طی این مدت در خانه لحاف می‌دوختم و کارهای دیگر انجام می‌دادم، اما باز کم می‌آوردم. در این فاصله دختر کوچکم زردی گرفت و به فاصله یک هفته دختر بزرگم نیز به این بیماری دچار شد و اگر آن زن و شوهر نیکوکار و حامی من نبودند، نمی‌دانم باید چه کار می‌کردم. از طرفی با اینکه چهار ماه اجاره خانه‌ام عقب افتاد اما صاحبخانه چون وضعیت مرا می‌دید خم به ابرو نیاورد و اجازه داد در آنجا بمانم.

و بالاخره با خواست خدا و تلاش شبانه‌روزی موفق شدم اجاره‌های عقب افتاده را پرداخته و شرایط را بهتر کنم تا جایی که یک سال بعد به طبقه سوم منتقل شدیم و جایمان بازتر شد. در همان زمان در خانه یک خانم وکیل کاری پیدا کردم و وضعیتم مناسب‌تر شد و...

درحال حاضر هم دختر بزرگم دانشجوی رشته مشاوره است و پسرم درسش تمام شده و دختر کوچکم پیش‌دانشگاهی می‌خواند. درحالی که هر سه نمرات خوبی هم گرفته و مرا سربلند کرده‌اند. حدود شش، هفت ماهی نیز می‌شود که عضو کانون خواهران الزهرا شده‌ام و کمک اندکی هم آنجا به من می‌کنند.

حالا هم زندگی با بد و خوبش می‌گذرد. و من هر روز به فکر آینده بچه‌هایم هستم و قوی‌تر و مصمم‌تر از همیشه، می‌کوشم تا بتوانم آن چیزی را که خودم نداشته‌ام به آنها بدهم.

به امید آن روز... ■

# زندگی رنگین

میرزایی

**رنگهای مورد علاقه خود را در سه اولویت و با ترتیب ۱ و ۲ و ۳ به من بگویید تا بگویم شما در زندگی چه خصوصیات اخلاقی، روحی و جسمی دارید.**

## دل شکستن هنر نمی‌باشد...

**خانم اعظم فتح‌آبادی از اراک (کمیجان)**
**با رنگهای ۱- قرمز ۲- لیمویی ۳- سفید و شعر:**
**«نرو دستم به دامانت نگو دیگر نمی‌آیی**
**که می‌میرم غریبانه امان از درد تنهایی»**

خانم فتح‌آبادی نمونه رنگ ارسالی شما به عنوان اولویت دوم کرم روشن است یا به اصطلاح رنگ پوست بدن و اگر شما واقعاً به لیمویی علاقمندید و اشتباهی رخ داده به من اطلاع دهید.

شما پرانرژی و فعال، دوستدار ورزش، علاقمند به کار، باهوش و کمی عصبی هستید و با کوچکترین برخورد با دیگران دچار خشم می‌شوید و خونتان به جوش می‌آید و در این حالت دچار اشتباه فراوان می‌شوید و دیگران را از خود می‌رنجانید. از نظر جسمی مستعد چاقی، فشارخون و ناراحتی قلبی هستید و بهتر است مراقب وزن خود باشید.

از رنگهای زرد، نارنجی، صورتی، بنفش، آبی لاجوردی، سرمه‌ای و گل‌بهی استفاده نمایید.

سنگ خوش‌یمن شما لعل است. این روزها بیشتر مراقب رفتار خود با بزرگترها باشید تا دلی را نشکنید. موفق باشید.

## دیدار با آشنای قدیمی

**آقای سعید بشری از شهرستان طبس گلشن با رنگهای ۱- سبز پسته‌ای ۲- آبی آسمانی ۳- آلبالوئی و شعر:**
**«شمع می‌گرید و پروانه به دورش محزون**
**من که می‌گریم و پروانه ندارم چه کنم؟»**

آقای بشری عزیز، شما خوش‌فکر و باقریحه، دارای قوه تخیل خوب، اهل کار و مطالعه، شما این اواخر به پول فکر می‌کنید و دوست دارید در کمترین زمان ممکن بیشترین مبلغ ممکن را به دست آورید، ولی در کل اگر مبلغی را که در ذهن دارید به دست آورید، شاید اصلاً دیگر نیازی به کار و فعالیت در خود نبینید. از نظر جسمی مستعد بیماری گوارشی مخصوصاً از ناحیه معده و کلیه‌ها هستید و بهتر است بیشتر آب میل کنید و البته با یک متخصص گوارش مشورت کنید.

از رنگهای زرد، نارنجی، صورتی، بنفش، لیمویی، قهوه‌ای، آبی لاجوردی، سرمه‌ای و آجری بیشتر استفاده کنید. سنگ خوش‌یمن شما عقیق است.

دیدار یک آشنای قدیمی شاید یادآوری همه تلخی‌ها و خوشی‌های گذشته برایتان نباشد، ولی برایتان جالب خواهد بود. موفق باشید.

## خودتان سراغ آن بروید

**خانم (مریم - ع) از خواف با رنگهای**
**۱- آبی ۲- سبز ۳- زرد و شعر:**
**«بنی‌آدم اعضای یکدیگرند**
**که در آفرینش ز یک گوهرند.»**

خانم محترم، شما مهربان، خوش‌قلب، مؤمن، صادق و دارای قوهٔ تخیّل خوب هستید. از نظر جسمی مستعد بیماری گوارشی هستید و معده و کبد شما آسیب‌پذیر است. و باید مراقب خورد و خوراک خود باشید و با یک پزشک متخصص گوارش مشورت کنید.

از رنگهای زرد، نارنجی، صورتی، بنفش، آبی لاجوردی، سرمه‌ای، نیلی و گل‌بهی بیشتر استفاده کنید.

سنگ خوش‌یمن شما یشم و زمرّد است. اخبار جدیدی که منتظر شنیدن آنها هستید کمی دیر به اطلاع شما خواهد رسید و شاید بهتر است خودتان سراغ آنها را بگیرید و پیگیری نمایید. موفق باشید.

## چند موقعیت و یك انتخاب

**خانم (محدثه - ج) از خواف با رنگهای**
**۱- آبی ۲- قرمز ۳- زرد و شعر:**
**«پائیزه و پائیزه برگ درخت می‌ریزه...»**

خانم عزیز، شما مهربان، صمیمی، خوش‌اخلاق، باهوش، فعال و پرانرژی، شوخ و علاقه‌مند به کار و تلاش هستید. از نظر جسمی مستعد ناراحتی قلبی و چاقی هستید و بهتر است با پزشک متخصص قلب و عروق مشورت نمایید.

از رنگهای زرد، نارنجی، صورتی، بنفش، آبی لاجوردی، سرمه‌ای، نیلی، آبی آسمانی و گل‌بهی روشن استفاده نمایید.

سنگ خوش‌یُمن شما یاقوت سرخ است. به زودی چند موقعیت خوب و مناسب برایتان به وجود می‌آید که می‌بایست انتخاب صحیحی داشته باشید تا بهترین و مناسبترین آنها را انتخاب نموده و دبال کنید. پس دقت کنید و قدر آنها را بدانید.

## آینده از آن شما است

**خانم (م.ر) از اسلامشهر با رنگهای**
**۱ـ بنفش یاسی ۲ـ آبی آسمانی ۳ـ سبز مایل به آبی و شعر:**
**«کاشکی یه قاصدک بیاد من‌رو از اینجا ببره**
**اینجا کویر عطشه، منو به دریا ببره.»**

خانم عزیز، شما خوش سلیقه، مشکل‌پسند، خانواده دوست، خوش اخلاق، مهربان، مؤمن و صادق و علاقه‌مند به مطالعه و سکوت و آرامش هستید.

این روزها خیلی به پول فکر می‌کنید، شاید برای یک خرید خاص و یا حل یک مشکل مالی به مبلغ قابل توجهی نیاز دارید و تهیه آن فکر شما را مشغول کرده است، ولی شما را نمی‌توان پولدوست و ثروت اندوز دانست، چون شما پول را مایه خوشبختی نمی‌دانید.

این اواخر کمی افسرده و غمگین هستید و یک موضوع قدیمی شما را ناراحت کرده است و سعی کنید بر این مشکل فائق آیید. از نظر جسمی مستعد ناراحتی گوارشی و پیری زودرس هستید.

از رنگهای زرد، نارنجی، صورتی، بنفش، قهوه‌ای، نیلی، آبی لاجوردی، سرمه‌ای و گل‌بهی بیشتر استفاده کنید. سنگ خوش یمن شما یشم است.

روزهای سختی در پیش دارید که باید خیلی فعالیت کنید، ولی قدر این روزها و این فعالیت را بدانید که در آینده نتیجه خواهد داد. موفق باشید.

آیدا تهرانی‌شاد

محقق

محمد محمود مخلوق

اوین بهرامی

## قدر روزهای آینده را بدانید

**خانم سارینا اردلانی از زنجان با رنگهای**
**۱ـ سرمه‌ای ۲ـ آلبالویی ۳ـ نقره‌ای و ضرب‌المثل:**
**«چرا عاقل کند کاری که بازآرد پشیمانی».**

خانم اردلانی، شما مهربان، خوش قلب، خانواده دوست، علاقه‌مند به امور خانه‌داری و اهل کار و رقابت و فعالیت هستید.

از نظر جسمی مستعد چاقی و بیماریهای قلبی و عروق هستید و باید مراقب باشید تا اضافه وزن پیدا نکنید و ورزش و نرمش جزء فعالیت‌های مستمرتان باشد.

بهتر است با مشاهده کوچکترین مشکل و

ناراحتی در مورد قلبتان با پزشک متخصص مشاوره کنید.

از رنگهای زرد، نارنجی، صورتی، بنفش، لیمویی، سبز، آبی لاجوردی، سرمه‌ای و گل‌بهی بیشتر استفاده کنید. سنگ خوش یمن شما لعل است.

قدر روزهای آینده را بدانید و موقعیت‌های به‌وجود آمده را از دست ندهید. کمتر خودتان را خسته کنید! موفق باشید.

## اخباری جالب خواهید شنید

**خانم مهسا صافدل از تهران با رنگهای**
**۱ـ مشکی ۲ـ زرشکی ۳ـ صورتی و شعر:**
**«من بلبل آن گلم که در گلشن راز**
**پژمرده شد و منت شبنم نکشید.»**

خانم صافدل، شما فعال و پرانرژی، اهل کار و تلاش و احساساتی و دل نازک هستید. درحال حاضر غمی بزرگ در دل دارید و افسرده و غمگین به نظر می‌رسید. سعی کنید با تفریح و یا یک مسافرت کوتاه خستگی‌ها و ناراحتی‌ها را از خود دور کنید. از نظر جسمی مستعد بیماری قلب و عروق هستید و بهتر است با پزشک متخصص مشورت کنید.

از رنگهای زرد، نارنجی، بنفش، آبی لاجوردی، سرمه‌ای، گل‌بهی و قهوه‌ای استفاده کنید. سنگ خوش یمن شما الماس است.

به‌زودی اخبار جالبی خواهید شنید که بعضی از آنها بسیار خوشحال‌کننده خواهد بود.

## دیدار خوش یمن

**خانم ریحانه محبی از فردیس کرج با رنگهای**
**۱ـ سبز یشمی تیره ۲ـ صورتی پررنگ ۳ـ رنگ بدن و جمله:**
**«مأیوس نباش، زیرا ممکن است آخرین کلیدی که در جیب داری قفل را بگشاید.»**

خانم محبی، شما خوش فکر و مبتکر، اهل مطالعه، خوش سلیقه و دارای قوه تخیل خوب و بسیار احساساتی و دل‌نازک هستید. این اواخر خیلی به پول فکر می‌کنید، شاید در انتظار برنده شدن در قرعه‌کشی یکی از این بانکها هستید و خیلی امیدوارید که برنده شوید. از نظر جسمی مستعد بیماری گوارشی هستید و بهتر است در تغذیه و نحوه غذا خوردن خود بیشتر دقت کنید و با یک پزشک متخصص گوارش مشورت نمایید.

از رنگهای زرد، نارنجی، قرمز، صورتی، آبی لاجوردی، سرمه‌ای و گل‌بهی بیشتر استفاده نمایید. سنگ خوش یمن شما یشم است.

به‌زودی دیداری خواهید داشت که شما را بسیار خوشحال خواهد کرد و می‌توانید از موقعیت به‌وجود آمده کاملاً استفاده کنید. موفق باشید.

## به زودی به خواسته خود می‌رسید

**خانم (فریبا ـ ص) از اصفهان با رنگهای**
**۱ـ زرد لیمویی ۲ـ سفید ۳ـ گل‌بهی و شعر:**
**«به سراغ من اگر می‌آیید، نرم و آهسته بیایید**
**مبادا که ترک بردارد، چینی نازک تنهایی من.»**

خانم عزیز، شما باهوش و دارای استعداد تحصیلی خوب و ذهنی تحلیل‌گر، بسیار مهربان، خوش اخلاق و احساساتی و دل‌نازک هستید. از نظر جسمی مستعد فراموشی و کمی حافظه هستید و دوران میانسالی را با کمی حافظه خواهید گذراند. بهترین راه این است که از حافظه خود کار بیشتری بکشید تا قوی‌تر شود.

از رنگهای زرد، نارنجی، صورتی، بنفش، سبز، آبی لاجوردی، سرمه‌ای و گل‌بهی بیشتر استفاده کنید. سنگ خوش یمن شما کهربا است.

به‌زودی به آنچه در دل دارید و منتظر رسیدن آن بوده‌اید، خواهید رسید، ولی باید دردسرهایی را هم تحمل کنید. موفق باشید.

## به خودتان متکی باشید

**آقای محمد مددنیا از تهران با رنگهای**
**۱ـ آبی آسمانی ۲ـ زرشکی ۳ـ لیمویی و شعر:**
**«یک رنگ و بوی تازه از عشق بگیر**
**پرسوزترین گدازه از عشق بگیر**
**در هر نفسی که می‌تپی ای دل من**
**یادت نرود اجازه از عشق بگیر.»**

آقای مددنیا، شما مهربان، مؤمن، صادق، خانواده دوست، اهل کار و تلاش و پرانرژی و فعال و کم‌حرف و کم‌رو هستید و از هوش و استعداد تحصیلی خوبی برخوردارید و می‌توانید به‌راحتی دریکی از رشته‌های فنی و مهندسی و یا علوم اجتماعی موفق باشید.

از نظر جسمی مستعد ناراحتی قلب و عروق هستید و باید حتماً با پزشک متخصص مشورت دائمی و منظم داشته باشید.

از رنگهای زرد، نارنجی، صورتی، بنفش، آبی لاجوردی، سرمه‌ای و قهوه‌ای بیشتر استفاده کنید. سنگ خوش یمن شما لعل است.

برای رسیدن به خواسته‌های خود بهتر است، خودتان فعالیت کنید و به امید این و آن نباشید، البته کمک خواستن از دیگران منطقی است، ولی هیچ کس دودستی آنچه می‌خواهید به شما نخواهد داد.

## به خدا توکل کنید

**آقای سعید امام‌داد از دزفول با رنگهای**
**۱ـ سیاه ۲ـ سفید ۳ـ سبز و شعر:**
**«من مست و تو دیوانه ما را که برد خانه**
**صد بار تو را گفتم کم زن دو سه پیمانه.»**

آقای امام‌داد، شما خوش فکر و مبتکر هستید، ولی درحال حاضر افسرده و غمگین به نظر می‌رسید. به خدا توکل داشته باشید و با منطق و فکر عمل کنید.

شما با انتخاب رنگهای سیاه و سفید اطلاعات زیادی به من نداده‌اید و شاید حتی مرا به اشتباه انداخته‌اید، چرا که چندین بار گفته‌ام این رنگها یعنی سیاه، سفید و خاکستری جزء رنگهای طبیعی نیستند و انسان فقط درحالت افسردگی، غم و عدم تعادل روحی به سمت آن گرایش پیدا می‌کند و گاهی شما عزیزان فقط برای لباس آن را مناسب می‌دانید و جزو انتخابهای خود قرار می‌دهید و مرا به این اشتباه می‌اندازید که شاید خدای ناکرده دچار حالتهایی که بیان کردم شده‌اید. بهتر است از رنگهای شاد و گرم استفاده کنید.

احتمالاً از نظر جسمی مستعد بیماری گوارشی هستید. اطلاعات دیگری نمی‌توانم بدهم. موفق باشید.

## صبور و امیدوار باشید

**خانم ناهید سجادیان از یاسوج با رنگهای**
**۱ـ بنفش ۲ـ قرمز ۳ـ آبی و شعر:**
**«روزای خوبت بگو کجا رفت...»**

خانم سجادیان، شما بسیار خوش سلیقه، مهربان، خوش قلب، اهل کار و فعالیت، خانواده‌دوست، مؤمن و صادق و مشکل‌پسند هستید و از هنرهای خانه‌داری و زنانه بهره کافی برده‌اید. این اواخر کمی نگران و مضطرب هستید و گاهی غمگین می‌شوید، ولی نگرانی‌های شما به‌زودی رفع خواهد شد و خواهید دانست که نگرانی‌تان بی‌مورد بوده است.

از نظر جسمی مستعد چاقی، فشارخون و ناراحتی قلب و عروق هستید.

از رنگهای زرد، نارنجی، صورتی، لیمویی، آبی لاجوردی، سرمه‌ای، نیلی و گل‌بهی بیشتر استفاده کنید. سنگ خوش یمن شما یاقوت است.

تلاش و کوشش بیشتر انجام دهید تا به خواسته‌های خود برسید. شما برای این هدف باید صبور و امیدوار باشید. موفق باشید.

دوستان گرامی نامه‌های پرمحبت شما به دستم رسید و همه گلایه‌های به حق شما را خوانده‌ام و شرمنده‌ام که نتوانسته‌ام به علت تنهایی و کثرت نامه‌ها با سرعت و به تعداد زیاد پاسخگو باشم، و هنوز بسیاری از نامه‌ها بدون پاسخ مانده است. خواهشمندم صبور باشید.

### الف ـ اسامی دوستانی که نمونه رنگ نفرستاده‌اند و باید دوباره مکاتبه کنند:

**امیرحسین حُسنی از کاشان ـ مریم عباسی از زیباشهر اصفهان ـ سمیه فردنیا فرزادفر از سنندج ـ خانم (ف ـ هـ) از مازندران ـ فرحناز و زهرا نایب پور از اسلامشهر.**

### ب ـ دوستانی که نامه‌هایشان کامل است و در نوبت پاسخگویی قرار گرفته‌اند:

**نسترن ثابت از شیراز ـ مهرانگیز خاموشی از تهران ـ ناهید برزگر از تهران ـ S.T.K. از تهران ـ نغمه قربان‌مهر از تهران ـ حلیمه خرمی از تهران ـ حجت‌الله اسلامی از شیراز ـ مریم سورانی از قرچک ورامین ـ امین دانشگر از مشهد مقدس ـ محدثه شعبانی از تهران ـ خانم (س ـ س ـ م) از تهران ـ شهربانو شفیعی از شیراز ـ مهرناز و سمانه صباحی از اهواز ـ فریده خلیلی از تهران ـ مصطفی خاموشی از تهران ـ مهری فرخیده از تهران ـ مهسا هدایت‌زاده از شهریار ـ صراط از گرمسار ـ خانم (ش ـ ل ـ م) و خانم (آ ـ ل ـ م) از ورامین ـ زهرا توکلی از رامشیر خوزستان ـ خانم (ت ـ ت) از رامشیر خوزستان.**

## فرم شناسایی خوانندگان

فرم مخصوصی که علاقمندان صفحه «زندگی رنگین» باید همراه نامه‌هایشان آنرا ضمیمه کرده و ارسال نمایند

نام: از: تعداد ارسال نامه: ☐

شعر: ..............................................................................

..............................................................................

اولویت رنگها: ۱ـ.............................. ۲ـ.............................. ۳ـ..............................

پاسخ چاپ شود ☐ پاسخ کتبی ارسال شود ☐ نام کامل قید نشود ☐

زندگی رنگین

از گوشه و کنار جهان

## عنکبوت از آلفا

صنایع اتومبیل در ایتالیا همواره به سه نام درمیان اتومبیل‌های خود افتخار کرده است؛ فراری در خودروهای اسپورت و مسابقه، فیات در اتومبیل‌های خانوادگی و سرانجام آلفا رومئو در اتومبیلی که مخلوطی از هر دو را در خود دارد. اما در سال جاری آلفارومئو با مدل تازه خود که به جهت شباهت واقعی نام آن را عنکبوت گذاشته، باز هم نظرها را به‌خود جلب کرده است. عنکبوت با اینکه فقط به صورت دو در ساخته شده، اما شش سیلندر بوده و موتوری پرقدرت دراختیار دارد که ظرفیت ۳/۵ لیتری را با چهارصد قوه اسب بخار درهم آمیخته است. عنکبوت شش دنده است و یکی از ویژگی‌های آن قدرت شتاب است که در کمتر از ده ثانیه می‌تواند به سرعت یکصد کیلومتر در ساعت دست یابد. ضمن آنکه در سرعتی معادل ۲۰۰ کیلومتر در ساعت نیز عنکبوت به‌راحتی حرکت می‌کند و از تکانهای شدیدی که اتومبیل‌های اسپورت معمولاً به همراه دارند، در آن خبری نیست. مصرف سوخت در عنکبوت هم نسبت به قدرتی که موتور آن دربر دارد چندان زیاد نیست و در بزرگراه سیزده کیلومتر و در داخل شهر ده کیلومتر را در ازای هر لیتر بنزین طی می‌کند. آلفا رومئو برای مدل عنکبوت قیمت **سی هزار دلار** را تعیین است.

## اسباب‌بازی برای بزرگترها

سرانجام بزرگترها هم اسباب بازی خود را صاحب شده‌اند. همانگونه که در تصویر مشاهده می‌کنید، طراحان واقع در سای‌کلوپ که تخصص در طراحی و تولید اسباب‌بازیهای پیشرفته دارد، یک اتومبیل اسباب‌بازی با قابلیت کنترل از راه دور طراحی کرده‌اند که علاوه بر ویژگی‌های سایر اتومبیل‌های اسباب‌بازی با کنترل از راه دور دارای یک دوربین و میکروفون کوچک نیز می‌باشد. شما می‌توانید تصویر و صدایی را که اتومبیل به گرفتن آن می‌پردازد را روی پرده کوچک و ۴/۵ سانتی‌متری که در کنترل کار گذاشته شده تماشا کنید و اگر هم بخواهید تا تصویر بزرگتری داشته باشد می‌توانید آن را به تلویزیون یا کامپیوتر وصل کنید و تصاویر را روی آنها مشاهده کنید. تصاویر رنگی و صدای شفاف از کیفیت خوب این محصول خبر می‌دهد. سای‌کلوپ این اسباب‌بازی برای بزرگسالان را به مبلغ **دویست و پنجاه دلار** در بازار به معرض فروش گذاشته است.

## ساعتی هم برای دنبال‌کنندگان علم نجوم

ساعتهای امروز دیگر تنها برای نشان دادن وقت به‌کار برده نمی‌شوند و ویژگی‌های عدیده در آنها به‌کار گرفته می‌شود. از جمله اینگونه ساعتها را در تصویر مشاهده می‌کنید. تولیدکنندگان در پلانیسفر ساعتی ساخته‌اند که موقعیت و مکان ستارگان آسمان را که از هر نقطه روی سطح زمین قابل رؤیت هستند، به نمایش می‌گذارد. شما فقط با حرکت دادن یا چرخاندن حلقه بیرونی ساعت، آسمانی را که در زیر آن هستید به دست می‌آورید و کلیه ستاره‌هایی را که می‌توانید مشاهده کنید نیز با موقعیت دقیق در برابر چشمان شما قرار می‌گیرند. با فشار یک تکمه نیز می‌توانید قطعه‌ای از آسمان را بزرگتر کنید تا بتوانید موقعیت ستاره‌ها را روی صفحه ساعت به خوبی مشاهده کنید. این ساعتها که بسیار هم مورد توجه قرار گرفته‌اند، هم‌اکنون به قیمت یکصد و **چهل دلار** در بازار به فروش می‌رسند. از خصوصیات این ساعتها صفحه طلایی رنگ و جذاب و همچنین بند مشکی است که به آن کلاس ویژه‌ای بخشیده است.

## ببر و کاهن

کشور **تایلند** پس از **سریلانکا** دومین جمعیت ببر در جهان را در خود دارد. این امر سبب شده که بسیاری از شکارچیان به‌صورت غیرقانونی در جنگل‌های تایلند به شکار ببر بپردازند تا از پوست آنها استفاده‌های مادی و کلان داشته باشند. از آنجایی که از نظر ارزش پوست فقط ببرهای بزرگسال مورد توجه قرار می‌گیرند و ببرهای نوزاد دارای ارزش پوستی نیستند، متأسفانه شکارچیان پس از شکار ببرهای بزرگسال، نوزادان آنها را بدون حامی و پشتیبان در جنگل رها می‌کنند و آنها براثر گرسنگی یا شکار توسط حیوانات بزرگتر از بین می‌روند و این فعل و انفعالات در مجموع، باعث کاهش جمعیت ببرها در تایلند شده تا آنجا که ببر را در رده حیواناتی که در خطر انقراض نسل می‌باشند، قرار داده‌اند. اما یکی از دامپزشکان مشهور تایلندی در این مورد چاره‌ای اندیشیده که تأثیر مثبت فراوانی دربقای ببرها نشان داده است.

اخیراً او به کاهنان بودایی که در یکی از معابد بزرگ تایلند که در عمق جنگل واقع شده، به زندگی و انجام فرائض دینی مشغولند، توصیه کرده که در اوقات بیکاری خود از ببرهای نوزادی که در جنگل رها شده‌اند، نگهداری کنند. کاهنان بودایی نیز این نصیحت را به‌کار بسته‌اند و در حدود یکسال گذشته از این کار به‌قدری لذت برده‌اند که معبد را تبدیل به یک یتیم‌خانه برای نوزادان کرده‌اند. حتی این کاهنان به باوری رسیده‌اند که برطبق آن پس از آنکه از دنیا بروند، دوباره به زندگی باز خواهند گشت اما این بار به‌شکل ببر. در تصویر کاهن و ببر را در معبد تابوآ در تایلند مشاهده می‌کنید.

## هوش عمومی

اخیراً دو تن از دانشمندان آمریکایی پس از آنکه کلنی‌های مورچگان را به مدت پنج سال از نزدیک زیرنظر قرار دادند، در نظریه‌ای که جنجال بسیاری هم در محافل زیست‌شناسی ایجاد کرده، اعلام کرده‌اند که مورچه‌ها آنگونه که تصور می‌رود صاحب هوش انفرادی نیستند، بلکه این نظم اجتماعی آنها است که نوعی روند هوشمندانه به زندگی آنها می‌دهد. به عبارت دیگر مورچه‌ها به تنهایی حتی قادر به تعیین مسیری هدفمند برای حرکت خود نیستند، اما زمانی که به تعداد زیاد در هدفی تشریک مساعی می‌کنند، آنگاه درک خارق‌العاده‌ای از خود نشان می‌دهند.

این پژوهشگران با توجه به نتایجی که از آزمایشهای خود به دست آوردند، شرایط مورچگان را به سایر حشرات نیز نسبت می‌دهند و معتقدند که حشرات به‌تنهایی صاحب درک منطقی از اطراف خود نیستند و به صورت شانسی حرکت می‌کنند، اما در حالات دسته جمعی، مجموع هوشها می‌تواند نوعی اجتماع با هدف را ایجاد کند.

در تصویر عکسی را که دو دانشمند مذکور از یک مورچه تنها و بی‌هدف گرفته‌اند مشاهده می‌کنید.

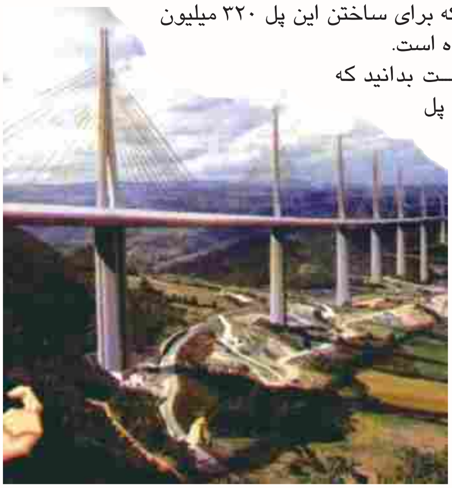
## لحظه زیبا

رصدخانه کامپیوتری که روی مداری به دور کره زمین درحال حرکت است و به هابل معروف است، به این جهت که دخالتهای جوّی و ناآرامی‌های آسمان در کره زمین در برابر او حضور ندارند، موفق به گرفتن تصاویری از فاصله‌های دوردست از جهان هستی شده که به‌واقع لحظاتی زیبا و نفس‌گیر هستند. یکی از این لحظات که ماه گذشته توسط هابل شکار شد، لحظه تولد یک کهکشان بود. یعنی لحظه یک انفجار بزرگ که منجر به پرتاب شدن میلیونها سیاره و ستاره به این‌سوی و آن‌سوی شد که درواقع یک کهکشان را تشکیل داده‌اند. به جهت آنکه دوربین‌های هابل نخستین کاشف به‌وجود آمدن کهکشان مذکور بوده است، نام این کهکشان را «**راه هابل**» گذاشته‌اند.

در تصویر همین لحظه زیبا را مشاهده می‌کنید.

## بالاتر از ایفل

فرانسویان که همیشه با غرور فراوان از برج ایفل واقع در پاریس یاد می‌کنند، هیچ‌گاه تصور نمی‌کردند که خودشان ساختمانی در فرانسه برپا سازند که از ارتفاعی بیشتر از برج ایفل، از سطح زمین، برخوردار باشد، اما هفته گذشته فرانسویان پس از یک تلاش هفت ساله سرانجام توانستند که ساختمان مرتفع‌ترین پل جهان را به پایان رسانند. پل مذکور که در تصویر هم مشاهده می‌کنید علاوه بر آنکه بلندترین پل در جهان است، ارتفاعی بیشتر از برج ایفل نیز دارد. این پل «میلا» نام دارد و جزیی از راه ارتباطی و زیبایی است که شمال و جنوب فرانسه را به یکدیگر ارتباط می‌دهد. روی پل جاده‌ای وجود دارد که در هر طرف دارای چهار خط عبور و مرور است که سه خط برای اتومبیل و یک خط برای دوچرخه و افراد پیاده است. ارتفاع پل مذکور **۳۳۶ متر** است و برای ساختن آن **۲۰۶ هزار تن بتون** به‌کار رفته است. طول آن نیز **دو هزار و پانصد متر یا دو کیلومتر و نیم** است، ضمن آنکه برای ساختن این پل ۳۲۰ میلیون یورو هزینه شده است.



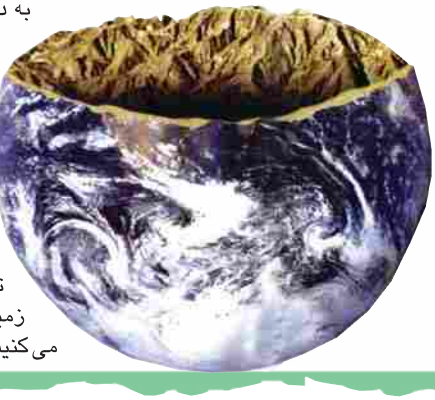
بد نیست بدانید که مرتفع‌ترین پل جهان قبل از اتمام میلا در فرانسه، همانا پل گلدن‌گیت در سانفرانسیسکو واقع در آمریکا بود که ۱۹۶ متر ارتفاع داشت.

## کره خاکی و خالی

همه‌گونه نظریه در برابر اعماق کره زمین، تاکنون ابراز شده بود به غیر از توخالی بودن کره زمین. اما اکنون عده‌ای از دانشمندان با توجه به نظریه‌های اسحق نیوتون و بخصوص کتاب «قوانین فیزیک» نوشته همین دانشمند که در سال ۱۶۸۷ منتشر شد، براین عقیده‌اند که زمین ممکن است خالی باشد.

البته سر ادموند هالی هم روزی به این نظریه دست یافت اما جراءت انتشار دادن آن را نداشت. این گروه از دانشمندان معتقدند که درحقیقت تغییرات جوّی که در سطح زمین ایجاد می‌شود و همچنین قطب های مغناطیسی و جاذبه زمین هم مؤید همین نکته می‌باشد. بیشتر از همه این عده روی نظریه‌ای که از سیستم اثبات خلف استفاده می‌کنند، انگشت می‌گذارند.

براساس این نظریه، دانشمندان معتقدند که هنوز یک تئوری غالب و همراه با دلیل و مدرک کافی برمبنای پر بودن داخل زمین ارائه نشده است و تنها دلیل موجهی که در این مورد وجود دارد، رخ دادن زمین لرزه‌ها است که باید براساس وجود مواد مختلف در داخل زمین، حادث شوند. اما نظریه این دانشمندان که هنوز در اقلیت قرار دارند این است که پس از عمقی نزدیک به دو هزار کیلومتر، بقیه داخل زمین خالی است که تا مرکز زمین که در عمق **۶۳۷۸ کیلومتری** از سطح قرار دارد، ادامه می‌یابد.



در تصویر، برداشت کامپیوتری از نظریه توخالی بودن کره زمین را مشاهده می‌کنید.

خواندنی‌های تاریخی

# نگاهی به تاریخچه پیدایش «مُهر»

**پاسخ به یک نامه:**

یکی از خوانندگان مجله طی نامه‌ای از ما خواسته‌اند تا تاریخچه «مهر» را برایشان شرح دهیم. در پاسخ به این خواننده گرامی باید عرض کنم که:

قرون متمادی افراد بی‌سواد، اثر انگشت خود را زیر نامه‌ها می‌زدند و نامه‌نگاران اسم صاحب نامه را در بالای اثر انگشت می‌نوشتند.

ضرورت و احتیاج باعث شد که حک مهر برای بی‌سوادان اختراع شود. از تاریخ دقیق اختراع مهر و هویت مخترع مهر، اطلاع صحیحی در دست نیست، ولی قدرمسلم این است که رسم مهر زدن قدمت زیادی ندارد. به عقیده ادوارد توماس نویسنده معروف انگلیسی، رسم مهر زدن از زمان ایلخانان و امرای مغول در مشرق زمین معمول شد و آنگاه به غرب سرایت کرد.

اصولاً امضا کردن نامه رسمی، ابتدا در مشرق زمین معمول شد، چرا که تمام خلفای عباسی نامه‌های خود را امضا می‌کردند و برآن مهر نمی‌زدند. رسم مهر زدن نامه‌ها به جای امضا از دوره‌ای معمول شد که در مشرق زمین امراء و ملوک بی‌سواد زمام امور را به دست گرفتند، بالاخص امرای مغول. چون اکثر آنها سواد نداشتند و نمی‌توانستند اسم خود را بنویسند. آنها نامشان را روی مهر حک می‌کردند و به جای امضا، بالای نامه را مهر می‌زدند.

وقتی عرصه قلمرو امرای مغول وسعت یافت، برای هر نوع نامه و فرمان یک رنگ مهر انتخاب کردند و بین رنگهای مزبور سرخ و سبز و زرد برجستگی داشت چرا که به عقیده قدما این سه رنگ بهتر از رنگهای دیگر به چشم می‌آمد.

به‌تدریج این رسم که از روی ناچاری به وجود آمده بود و علت خاصی داشت، جزء تشریفات شد و نامه‌ها را امضا و مهر می‌کردند و چنانچه این رسم هنوز هم در سازمانها دولتی معمول است و نامه‌ها دارای مهر و امضا می‌باشد.

وقتی رسم مهر کردن معمول شد، هر کس به فراخور شخصیت و حیثیت اجتماعی خود، سعی می‌کرد مهرهای خوش خط و خوش سجع برای خود بسازد.

آقای احمد گلچین معانی شاعر و محقق معاصر می‌نویسد: «از روی تحقیق، صنعت حکاکی و مهرسازی پنج هزار سال سابقه تاریخی دارد و باستان شناسان ضمن کاوشهای خود مهرهای منقوش استوانه‌ای و مدور و مخروطی شکل به دست آورده‌اند که عمر آنها به سه هزار و پانصد سال قبل از میلاد مسیح می‌رسد.»

«شاردن» در مورد مهر کردن نامه‌ها درزمان صفویه می‌نویسد: «برای ادای منتهای ادب و احترام نسبت به مخاطب، مهر را در گوشه‌ای به قسمت پایین می‌زنند به‌طوری که تمام مهر در آن نیفتد و یک قسمت ناقص باشد.»

مقصود از این نوع مهر زدن آن بود که نویسنده تواضع کرده و می‌گوید که «لایق حضور نیست و ادب و احترام ایجاب می‌کند که فقط جلوه نیمرخ خود را به خدمت عرضه دارد.» برحسب رسم متداول ممکن است که به سه محل نامه مهر زد:

نخست آنکه اگر طرفین دارای مقام متساوی باشند، معمولاً مهر را پایین نامه در گوشه چپ می‌زنند. اگر نامه از عالی به زیردست باشد، مهر را بر بالای نامه می‌زنند و اگر از زیردست به عالی باشد، مهر به صورت نیمه تمام زده می‌شود.

اکنون که تا اینجا در مورد مهر کردن شرح دادیم، بد نیست که به یک مورد لطیف هم اشاره کنیم:

همانطور که ذکر شد، معمولاً خوش‌خطی و زیبایی مهر، حیثیت اجتماعی صاحب مهر را بیان می‌کرد. بنابراین طبقه اعیان، مهرهای خوش خط و زیبا داشتند و معمولاً هم اسم پدر خود را در مهر ذکر می‌کردند. بعضی هم آیات قرآنی را سجع مهر قرار می‌دادند. پادشاهان و ولیعهدان تاج مانندی در بالای مهر قرار داده و در آن «الملک الله» و شعری که حاکی از اسم شاه بود می‌کندند. که نمونه‌های آن را خوانندگان عزیز در عهد سلاطین قاجاریه دیده‌اند.

سادات در مهر خود، حسنی، حسینی، طباطبایی، موسوی، رضوی یا تقوی که دلالت بر جد بزرگوارشان داشت می‌آوردند. طبقات پایین‌تر، فقط به کندن اسم خود روی مهر برنجی اکتفا می‌کردند، اما در روستاها، اغلب اسم خود را روی صابون و حتی کشک می‌کندند و به کار می‌بردند و مهر کشکی از همه پست‌تر بود. وقتی که می‌خواستند از بی‌اهمیتی نام و سرشناس نبودن صاحب آن سخن بگویند می‌گفتند: «مهرش کشکی است.» [البته امروز این توصیف را به هر چیز غیرمعتبری می‌دهند و ریشه آن همان مهر کشکی است.]

در پایان خالی از لطف نیست که سجع مهر یک راجه هندی و هنرمندی یک حکاک شیرازی را به عنوان حُسن ختام مقاله نقل کنیم که:

یک راجه از یک حکاک شیرازی که گذارش به هند افتاده بود، خواست تا برای او مهری بسازد و در سجع مهر نام پادشاه و داماد و وزیرش میرزامیا و غلام مخصوصش مبارک و خانه‌اش گرمه و درخت سنجد که در جلوی تالارش بود و یک آیه قرآن، را در یک بیت شعر بگنجاند.

سجع مهری که حکاک نوشت این بود:

داماد شاه و بانو، میرزامیا، مبارک
گرمه، درخت سنجد قُل اوحی تبارک

# حکایت دامادی میرداماد

شاه عباس دستور داده بود که عده‌ای از مأمورانش در حوزه علمیه بگردند و مراقب باشند و جستجو کنند و فردی را که واقعاً در درس و تقوا سرآمد دیگران باشد به او معرفی کنند.

چندی بعد، مأموران به او خبر دادند که فردی در مدرسه چهارباغ اصفهان است که به‌راستی باتقواست.

شاه عباس دستور داد تا او را بیازمایند. به همین جهت دختر خود را روانه اصفهان کرد. دختر که به زیورآلات و زیبنده‌های فریبنده آراسته و پیراسته بود به همراه مأموران به حجره سیدمحمد (طلبه موردنظر) می‌رود. مأموران پشت در می‌ایستند و دختر در حجره را می‌کوبد. سید در را باز می‌کند. دختر می‌گوید که: «مرا در حجره خود جای ده که جایی ندارم.»

سیدمحمد کمی من و من می‌کند. دختر باز می‌گوید: «از غیرت و مردانگی به دور است که من در این شهر غریب تنها باشم.»

سیدمحمد، ناچار به دختر اجازه وارد شدن می‌دهد. (در حوزه‌های قدیم در حجره‌ها یک آتشدان کوچک قرار داشت) سیدمحمد پشت میز خود که یک شمع روی آن روشن بود، می‌نشیند و دختر هم در آن سوی آتشدان. و شروع به صحبت می‌کند.

سیدمحمد یک لحظه در دل می‌گوید من که عقد کردن را بلد هستم، پس او را به عقد خود درمی‌آورم و با او ازدواج می‌کنم. اما باز بر نفس خود غلبه می‌کند و انگشت خود را روی شمع می‌گیرد و می‌سوزاند. دوباره هوای نفس او را وسوسه می‌کند و «سید» برای غلبه بر آن انگشت دوم و سوم و چهارم... می‌سوزاند و خلاصه تا سپیده‌دم هر ده انگشت خود را می‌سوزاند.

صبح روز بعد دختر به نزد شاه بازمی‌گردد و آنچه را که بر او و سید گذشته بود، برای پدرش نقل می‌کند.

شب، عباس میهمانی ترتیب می‌دهد و همه علما و طلاب را دعوت می‌کند از جمله سیدمحمد را.

در اثنای میهمانی شاه «سیدمحمد» را نزد خود فرامی‌خواند و علت سوختن دستش را از او می‌پرسد و سید هم شرح ماجرا را بیان می‌کند.

پس از پایان صحبت‌های سید، شاه عباس حقیقت ماجرا را می‌گوید. و سپس یکی از علما را فراخوانده و دختر خود را به عقد سیدمحمد درمی‌آورد. و از آن شب سیدمحمد به «میرداماد» معروف می‌گردد.

**فرستنده: مصطفی پورزند**
**از: اسلامشهر**

# یک هفته حادثه

تهیه و تنظیم: کریم ملکی

## موشی که خودکشی کرد

**چندی پیش در منچستر خانم ۳۵ ساله‌ای مشغول رانندگی بود که ناگهان با یک موش بزرگ جلوی داشبورد ماشینش مواجه شد و پس از زدن ترمز شدید، اتومبیلش را وسط خیابان با درهای باز رها کرد و منتظر ماند تا پلیس سر برسد!** اما مأمور گشت پس از بازدید از داخل اتومبیل به راننده اطمینان دادند که به علت باز بودن در ماشین و جیغ شما موش فرار کرده است، ولی جالب این است که فردای آن روز هنگامی که خانم راننده به همراه شوهرش به محل پارک اتومبیل در زیر ساختمان مسکونی اشان می‌روند، ناگهان مشاهده می‌کنند که موش خرابکار داشبورد و تمام صندلیهای خودرو را سوراخ کرده و پس از خوردن اجزای خودرو که حالت سمی داشته مرده است.

گفتنی است هزینه جبران خسارت موش، صدها پوند اعلام گردیده.

## قبل از بانک رفتن دقت کنید

**هفته گذشته مأموران پلیس پس از دستگیری یک سارق، موفق به کشف یک باند بزرگ هفده نفری شدند که در بانکها و خیابانهای چند شهر دست به سرقت و جیب‌بری می‌زدند.**

درپی گزارش پلیس تهران، مأموران ابتدا در کرج موفق به دستگیری یکی از اعضای باند «فیوج» شدند که در تهرانپارس ۴۵ میلیون تومان پول از فردی در بانک به سرقت برده بود.

وی در بازجوی‌های پی‌درپی به سرقتهای متعدد در شهرستانهای ایران اعتراف کرد، تا اینکه در مرحله پایانی گفت: من مدت سه سال جزء باند بزرگی به نام «فیوج» هستم که در سطح کشور فعالیت گسترده‌ای دارند و اعضای باند همگی از مردان و زنان طایفه فیوج هستند.

مأموران با استناد به اظهارات متهم و گزارش در شهرستانهای مختلف کشور و با انجام چندین عملیات موفق شدند شانزده عضو دیگر باند فیوج را دستگیر کنند.

در تحقیقات از متهمان هم مشخص شد اعضای این باند در بانکهای کشور طعمه‌های خود را شناسایی و به بهانه‌های مختلف از جمله تنه زدن و کمک در جمع‌آوری وسایل به طرز ماهرانه‌ای پولهای افراد را به سرقت می‌برند و همچنین زنان عضو در بانکها مشتریان را شناسایی می‌کردند و با تلفن همراه مشخصات آنها را به همدستان خود که مرد بودند می‌دادند و بدین ترتیب موفق می‌شدند پولهای هنگفتی به سرقت ببرند.

پرونده این باند بزرگ در شعبه ۱۱۶ جزایی دادگستری کرج درحال بررسی است.

## این بار همکلاسی‌ها بخوانند

**چندی پیش پدر دختری به جرم قتل همکلاسی‌های دخترش مورد محاکمه قرار گرفت.**

در پی مفقود شدن دو دختر ۱۲ و ۱۱ ساله در مدت کمتر از بیست روز در مدرسه‌ای واقع در فلوریدای آمریکا اولیای آن مدرسه و والدین دانش‌آموزان به وحشت افتادند، بدین ترتیب پلیس آن منطقه وارد عمل شدند و پس از تحقیقات و بررسی، دریافت که دو دختر مفقودشده با یک دختر دانش‌آموزی دوست صمیمی بوده و با اجازه والدینشان در خانه او رفت و آمد داشته‌اند، بنابراین پلیس به پدر آن دختر مضنون شده و او را دستگیر و محاکمه کرد.

اولیا
دانش آموزان
مفقود شده

وی هم در بازجویی اعتراف کرد که آنها را به بهانه‌ای که وسایلشان در خانه‌اش جا مانده و یا با دیدن برنامه تلویزیونی قبل از مدرسه به بهانه اینکه دخترش هم در خانه حضور دارد، ضمن به خانه کشاندن آنها و پس از اذیت و آزار، آن‌دو را به قتل رسانده و در حیاط پشتی خانه‌اش دفن کرده است.

دادگاه این مرد، هفته گذشته در حضور والدین دختربچه‌های مفقود شده که با چشمان گریان حضور داشتند، برگزار گردید و درنهایت این مرد خبیث به حبس ابد محکوم شد.

## طلاق یک روز بعد از جشن عروسی

**زن رنجیده‌ای پس از ۴۵ سال زندگی مشترک با همسر خود به دادگاه خانواده مراجعه و تقاضای طلاق از همسرش کرد.**

این زن فقط یک روز از ازدواج آخرین فرزندش که دختر بود می‌گذشت که برای تسریع مراحل طلاق حاضر شد از نفقه، مهریه، اجرت‌المثل و خلاصه از همه چیز زندگی جز وجود خود گذشت کند و طلاق بگیرد. وقتی علت کار از وی سؤال شد، گفت: همسر ۷۰ ساله‌ام در طول ۴۵ سال زندگی از هیچ آزار و توهین و تحقیری نسبت به من دریغ نکرده بود، ولی من به خاطر بچه‌هایم تحمل کردم چرا که فرزندانم با عنوان بچه‌های طلاق شناخته نشوند و با این عنوان در اجتماع و همچنین ازدواج سرخورده به خانه شوهر نروند. اما دیروز که آخرین فرزندم ازدواج کرد، احساس کردم اگر خدا عمری به من عطا کند، حداقل این چند سال را راحت بتوانم زندگی کنم، به همین دلیل به دادگاه آمده‌ام و تقاضای طلاق کردم، البته پس از بررسی و مشورت با فرزندانم که همگی از رفتار زشت و ناپسند پدرشان نسبت به من کاملاً آگاهند و با قبول مسوولیت آینده‌ام تصمیم گرفتم هرچه زودتر اقدام کنم و در پی آن فرزندانم سرپرستی و مخارج زندگی‌ام را تا آخر عمر به عهده می‌گیرند.

## مادر سنگدل دختر مردم را فروخت!

**چندی پیش خانواده دختر ۱۷ ساله‌ای به نام افسانه با مراجعه به ماءموران دایره یازدهم اداره آگاهی آنها را در جریان ناپدید شدن مرموز دخترشان قرار دادند.**

مأموران هم پس از اطلاع، تحقیقات خود را با بازجویی از جواد که به گفته خانواده افسانه با او دوست بوده آغاز کردند.

جواد در بازجویی با اظهار بی‌اطلاعی از محل اختفای افسانه به مأموران گفت: از حدود ۱۸ ماه پیش با افسانه دوست بودم، ولی از چند روز پیش او تماسش را با من قطع کرده و دیگر از او خبری ندارم.

در ادامه مأموران اقدام به بازجویی دوستان افسانه کردند که یکی از آنها گفت: او پس از فرار از خانه جواد، به شهرک ولیعصر رفته است و هم‌اکنون افسانه در آنجاست.

بدین ترتیب کارآگاهان راهی آنجا شدند و افسانه را همراه پسر جوانی دستگیر کردند.

افسانه در بازجویی گفت: پس از فرار از خانه پیش جواد رفتم و او مرا با خود به خانه‌شان برد. در آنجا مادر جواد به من شربت تعارف کرد و من پس از نوشیدن شربت دیگر چیزی نفهمیدم، پس از اینکه به هوش آمدم متوجه شدم که جواد مرا مورد اذیت و آزار قرار داده است.

مادر جواد هم سپس مرا مجبور کرد که در خانه‌شان بمانم. او هر شب مرا در اختیار سه مرد قرار می‌داد و از آنها پول می‌گرفت.

سه روز پس از این ماجرا در یک فرصت مناسب توانستم از آنجا فرار کنم و به پارکی رفتم و همچنان از سرنوشت شومی که خودم باعث آن شدم می‌گریستم که پس از چند ساعت کلنجار رفتن با خود، با پسری آشنا شدم و به خانه او رفتم و...

پس از اظهارات این دختر، دادیار شعبه چهارم مجتمع جنایی تهران دستور بازداشت جواد و مادرش را صادر کرد.

پاورقی ایرانی

# گمشدگان

قسمت یازدهم

**تا آنجا خواندیم که:**

**در تابستان ۵۹، با همسرم «لیلا» و چهار کودکمان که دو پسر و دو دختر توأمان دوقلو بودند، کانون خانوادگی گرمی داشتیم اما...**

**اما همسرم که چندی قبل موفق شده بود گواهینامه رانندگی بگیرد ویرش گرفته بود که حتماً با پیکانش خانواده را به مسافرت شمال ببرد... و کسی هم نتوانست با هیچ دلیلی او را منصرف کندو چنین شد که از فردای آن روز من دیگر زن و فرزندانم را ندیدم و اثری از اجساد آنها هم در جاده و دره و کوه و کمر شمال یافته نشد، قطره آبی بودند که بخار شدند و به هوا رفتند، تا امروز که ۸ سال بعد از آن وقایع و سرگردانی و دلمردگی که تجدیدفراش کرده و همسر و کودک دختری دارم، زنی به نام مرضیه و فرزندانش که دو پسرو دو دختر دوقلو هستند مرا به خود جلب کرده‌اند. حس می‌کنم آنان همان گمشده‌های من هستند. اما مردی شمالی به نام رضا که خود را عموی بچه‌ها می‌داند اصرار دارد که خانواده و فامیل و حتی پدر بچه‌ها را به نام می‌شناسد که بتازگی فوت شده و من کلاً اشتباه می‌کنم نرگس همسر دومم و حوری دخترم که از این جریان مطلع هستند، هرکدام حرفی می‌زنند و من هنوز هم تابع حس درونم هستم و نمی‌دانم چه کنم، بالاخره برای دیدن حسین پسربزرگ مرضیه خانم راهی شمال شدم. ولی در منزل عمو رضا بسته بود و برای دیدن رضا به صاحبخانه‌ام متوسل شدم و پس از گرفتن آدرس عمو رضا در بابل، موفق شدم از او بپرسم حسین درکجاست. به همین منظور و برای دیدن حسین به ماسوله رفتم و پس از چند شبانه‌روز متوجه شدم حسین در همان هتل محل اقامتم بوده و با جا گذاشتن چند قلم از وسایلش از جمله دفتر شعرش به تهران رفته، لاعلاج به تهران برگشتم و نگهبان روزنامه به من خبر داد که جوانی یک کتاب شعر برایم گذاشته، توسط آقای لقایی از حسین دعوت کردیم به روزنامه بیاید...**

**اینک به بقیه ماجرا توجه فرمایید:**

صبح شنبه ساعت هشت به روزنامه رفتم و تا ساعت یازده چشمم به در بودم. سرانجام آمد. از دیدنش رنگم پرید و با صدایی که می‌لرزید، به او خوشامد گفتم و تعارف کردم بنشیند. بعد به آقای لقایی زنگ زدم و گفتم حسین آمده است. گفت:

ـ بیارش دفتر من.

با حسین پیش آقای لقایی رفتیم. وقتی که نشستیم، حسین کوله‌اش را باز کرد و ده جلد از کتابش را روی میز گذاشت و گفت:

ـ اینا رو واسه روزنامهٔ شما آوردم... شعرهام رو خوندین؟

گفتم:

ـ آره... همه شو خوندم.

ـ چطور بود؟

ـ البته شما خوب شعر میگین ولی...

آقای لقایی حرف مرا برید و گفت:

ـ شعرهاتون خیلی خوبه. شاید یکی دو تا شو چاپ کنیم بگذریم. آقای رضوی چه کسی مشوق شما بوده؟

ـ هیچ کس.

من گفتم:

ـ ولی مثل این که مادرتون حسابی شما رو تشویق کردن. دلیلش هم اینه که هزینهٔ چاپ کتاب شما رو دادن.

ـ اتفاقاً مادرم با شعر گفتن من مخالفه. میگه نمی‌خوام مثل بابات بشی.

ـ مگه پدر تون شاعر بودن؟

ـ مامانم این طور میگه.

آقای لقایی نگاهی به من کرد که یعنی تو حرف نزن. بعد گفت:

ـ می‌خوام از شما چیزی بپرسم که شاید براتون عجیب باشه... می‌دونین چیه؟ این آقا مصطفای ما سال‌ها پیش زن و بچه‌ها شو توی یک تصادف از دست میده. از وقتی که با شما آشنا شده، فکر می‌کنه ممکنه شما پسرش باشین.

با حیرت و کمی لبخند به آقای لقایی نگاه کرد. بعد به من خیره شد و گفت:

ـ منظورتون اینه که حسین رضوی پسر آقای مصطفی گلیاریه؟ این خیلی خنده داره! پدر من سال‌ها پیش توی کانادا کشته شده... البته در یک تصادف رانندگی.

بعد بلند شد و کوله‌اش را برداشت و گفت:

ـ پس مصاحبه دربارهٔ شعر من بهانه بود و شما با یه قصد دیگه منو به اینجا دعوت کردین. آره؟

آقای لقایی دست او را گرفت و گفت:

ـ بشین جوون! چرا رم می‌کنی؟

ـ من نسبت به شعر و ادبیات و هنر و احساساتم خیلی حساسم ولی شما با من رو راست نبودین.

گفتم:

ـ اتفاقاً ما می‌خوایم با شما کاملاً صادقانه برخورد کنیم. ببین پسرم!

حرفم را برید و گفت:

ـ من پسر شما نیستم. من حسین رضوی هستم و شما آقای مصطفی گلیاری.

آقای لقایی گفت:

ـ ما اینجا دور هم جمع شدیم تا به همین موضوع رسیدگی کنیم... مصطفی از وقتی که شما رو دیده مریض شده.

ـ متأسفم که باعث بیماری ایشون شدم... ضمناً اگه نمی‌خواین دربارهٔ شعرم حرف بزنین، رفع زحمت می‌کنم.

دوباره بلند شد. باز هم آقای لقایی دست او را گرفت و گفت:

ـ چقدرم زود رنجی! کنجکاو هم نیستی که بدونی جریان از چه قراره. تو چطور شاعری هستی که اصلاً کنجکاوی نمی‌کنی؟

به پیشانی‌اش چین انداخت و گفت:

ـ من به اندازهٔ کافی دربارهٔ آقای گلیاری کنجکاوی کردم و ایشون رو می‌شناسم. ضمناً پدر خودم رو هم می‌شناسم. همین کافی نیست؟

آقای لقایی به او نگاهی کرد و گفت:

ـ از مرحوم پدرتون عکس دارین؟

ـ خب آره... یه عکس داریم که مال وقتیه که داشته می‌رفته کانادا. خواهرهام رو بغل کرده و من و حسن و مامانم هم کنارش ایستادیم. البته عکس‌های دیگه‌ای هم از ایشون داریم. چطور مگه؟

با هیجان گفتم:

ـ میشه عکسی رو که اول گفتی، به من نشون بدی؟

فکری کرد و گفت:

ـ گمان نمی‌کنم اشکالی داشته باشه... البته قبلش باید با مامانم مشورت کنم.

ـ میشه همین حالا بریم خونهٔ شما و عکس رو ببینیم؟ این قضیه خیلی واسه من مهمه... خواهش می‌کنم!

ـ راستش به این سادگی‌ها نمیشه رفت خونهٔ ما.

ـ چرا؟

ـ شما چه چیزایی می‌پرسین! مادرم همیشه مهمون داره...

آقای لقایی پرسید:

ـ شغل مادرتون چیه؟

ـ چرا می‌پرسین؟

ـ برای این که به حقیقت نزدیک بشیم و معلوم بشه مصطفی خیالاتی شده یا درست حدس زده و شما پسرش هستین.

من هم گفتم

ـ اسم زن من لیلا بود. اون روزا مردم برای مشاوره می‌رفتن پیشش.

کمی سکوت کرد و گفت:

ـ خب این هم می‌تونه یه تصادف باشه... شغل مادرم تقریباً همینه که شما گفتین... ولی حتماً اتفاقیه.

آقای لقایی گفت:

ـ حالا که همهٔ اتفاق‌ها و مسائل تصادفی با واقعیت زندگی مصطفی جور درمیاد، آیا بهتر نیست بریم خونهٔ شما تا هم عکس پدرتونو نشون‌مون بدین، هم یه خورده با مادرتون حرف بزنیم؟

ـ شاید بتونم عکس رو نشون‌تون بدم. البته اولش باید از مامانم بپرسم. ولی ملاقات مادرم، یه خورده مشکله. مادرم دوست نداره با افراد جدید آشنا بشه.

با لحنی عصبی گفتم:

ـ بهتره بفرمایین که مادرتون دوست نداره فقط من رو ببینه... نمی‌دونم چه دلیلی داره که از دیدن من فرار می‌کنه.

حسین خیلی محکم بلند شد و کوله‌اش را در دست گرفت و گفت:

ـ شما حق ندارین دربارهٔ مادرم این طور حرف بزنین. مادر من زن بزرگیه که هزار تا مثل شما رو به غلامی خودشم قبول نمی‌کنه. شخصیت‌های خیلی بزرگ و معروف، واسه این که مادرم چند دقیقه با اونا حرف بزنه، ماه‌ها نوبت می‌گیرن. حتی خیلی‌ها از خارج تلفن می‌کنن یا به دیدنش میان.

این را گفت و رفت. آقای لقایی نگاه مأیوسانه‌ای به من انداخت و شتابان دنبال حسین رفت. من هم

**مصطفی گلیاری**

چند قدم دنبال آنها رفتم ولی با اشارهٔ دست آقای لقایی، در دفتر او ماندم. بیست دقیقه گذشت و سرانجام آقای لقایی آمد و گفت:

-از تو انتظار نداشتم که با یه نوجوون این طور حرف بزنی. کلی زحمت کشیدم تا تونستم دوباره رامش کنم. قرار شد فردا عکس حامد رضوی رو بیاره.

جوابی ندادم. نگاهم کرد و گفت:

-انگار خوشحال نشدی.

-می‌ترسم فردا با دیدن اون عکس، معلوم بشه که من تا حالا داشتم اشتباه می‌کردم.

-اگه آدم بفهمه اشتباه می‌کرده، خیلی بهتره تا این که فکر کنه کارش اشتباه نیست. به هر حال فردا تکلیفت روشن میشه.

با هم کمی بحث کردیم و طرف‌های عصر به خانه رفتم. آن شب در رادیو برنامه داشتم و باید خودم را آماده می‌کردم. کمی حواسم پرت بود. دلم می‌خواست از ماجرای آن روز چیزی به نرگس نگویم ولی آخرش طاقت نیاوردم و همه چیز را گفتم. لبخندی زد و گفت:

-خبرِشو دارم. آقای لقایی همه چی رو برام تعریف کرد. دلم می‌خواست فردا منم میومدم روزنامه تا هم با حسین آشنا بشم، هم عکس آقای رضوی رو ببینم ولی فردا خیلی کار دارم.

شب به رادیو رفتم اما حوصله همیشگی را نداشتم بعد از برنامه حودو ساعت ۴ صبح به خانه هم که رسیدم تنها با قرص توانستم بخوابم.

تا یازده بیدار نشدم. شاید اگر آقای لقایی تلفن نمی‌کرد، هنوز خواب بودم. تلو تلو خوران به طرف تلفن رفتم و گوشی را برداشتم. با لحنی خواب آلود سلام کردم. گفت:

-ساعت خواب! مثل این که تو امروز با حسین قرار داشتی. پس چی شد؟

-ای وای! ساعت چنده؟ مگه اومده؟

-ساعت یازده‌س... ولی دیگه داره میره.

-عکس رو آورده؟

-آره... ببین! من حالا کار دارم. یعنی باید با حسین خداحافظی کنم. تو هم کاراتو بکن و بیا روزنامه.

شتابان گفتم:

-نمیشه یه خورده دیگه نگهش داری تا منم بیام؟

-اصرار نکن. کار داره و باید بره.

گوشی را گذاشت. با سرعت نور دست و رویی شستم و لباس پوشیدم و با صد و نود به روزنامه شتافتم و از دو تا چراغ قرمز هم رد شدم. با این که می‌دانستم حسین دیگر آنجا نیست، با عجله از پله‌ها بالا رفتم و خودم را به اتاق آقای لقایی رساندم. با لبخند نگاهم کرد و گفت:

-صبر می‌کردی شب میومدی!

-دیشب رادیو بودم ساعت سه و نیم رسیدم خونه. نرگس هم یه مشت قرص گذاشته بود کنار تختم. اشتباه کردم که قرص خواب‌شو خوردم وگرنه خواب نمی‌موندم.

-پس قبول داری که اشتباه کردی.

-آره... ولی مثل این که منظور تو از اشتباه، یه چیز دیگه‌س.

سیگارش را در زیر سیگاری خاموش کرد و گفت:

-من عکس بابای حسین رو دیدم. هیچ شباهتی به تو نداشت. البته اون عکسی رو که قولش رو داده بود، نیاورده بود چون می‌گفت مادرش نذاشته. یه عکس دیگه آورده بود. خواهرها و برادرش هم شبیه تو نبودن. حالا خیالت راحت شد؟

-نه... من که اون عکس رو ندیدم. شاید یکی از فامیلای قدیمی مون بوده. از کجا معلوم که اون عکس پدر حسین بوده؟

-نه داداش! نرگس راست میگه. تو دچار توهم شدی. آخه مگه میشه یه نفر عکس یه غریبه رو به جای عکس پدرش به ما نشون بده. نمی‌دونی براش چقدر خنده دار بود که این کارو می‌کنه. چون مطمئن بود که باباشو می‌شناسه.

گفتم:

-چرا مرضیه خانم نخواسته همون عکس اولی رو بیاره؟ چرا نمی‌خواد ما دربارهٔ این موضوع تحقیق کنیم؟

-تو هم عجب حرفی میزنی‌ها! ببینم؟ اگه خودت بودی حاضر می‌شدی عکس‌های خصوصی خودت رو به یه غریبه نشون بدی؟ ضمن این که ممکنه اون عکس براشون تقدس داشته باشه.

-آدرس شو داد؟

-نه. فقط گفت زعفرانیه می‌شینن.

-آقای لقایی! جون مادرتون یه جوری کمکم کنین تا این معما رو حل کنم.

-فکر کردی دارم چکار می‌کنم؟ خبر نداری که دبیری رو با موتور فرستادم دنبالش. گفتم سایه به سایه‌ش بره و خونه شو یاد بگیره.

با هیجان او را بغل کردم و بوسیدم و گفتم:

-شما بهترین روزنامه نگاری هستین که تا حالا دیدم.

دبیری یکی از پیک‌های ما و آدم زبر و زرنگی بود. خیالم راحت بود که این ماءموریت را به‌خوبی انجام خواهد داد بنابراین کاری نداشتم جز این که منتظر باشم.

## مرضیه خانم

یک ساعت گذشت تا آقای دبیری برگشت و مژده داد که خانهٔ حسین را یاد گرفته است. نشانی را گرفتم و با صد و نود به طرف زعفرانیه رفتم. ساعت دو بعد از ظهر به آنجا رسیدم. خانهٔ ویلایی بزرگی بود که فقط یک دکمهٔ زنگ داشت. چشمم را بستم و زنگ زدم. کسی جوابم را نداد. دوباره زنگ زدم. باز هم خبری نشد. چند بار دیگر هم زنگ زدم و چون جوابی نشنیدم، سوار صد و نود شدم و کمی دورتر پارک کردم و چشم به راه شدم. حدود نیم ساعت بعد دختری که حدس می‌زدم مینو باشد، از خانه بیرون آمد. از صد و نود پایین پریدم و به طرفش دویدم. صدای پایم را شنید. پشت سرش را نگاه کرد. اولش کمی ترسید ولی مثل این که فهمید من کی هستم بنابراین ایستاد و با لبخندی مؤدبانه پرسید:

-فرمایشی داشتین؟

-من مصطفی گلیاری هستم... دوست حسین. خونه نیست؟

کمی مکث کرد و گفت: حمومه.

-مامان‌تون خونه هستن؟

-امروز کسی رو نمی‌پذیره.

-زنگ تون خرابه؟

خندید و گفت:

-نه... آیفون ما تصویریه. به ایران خانم گفتیم وقتی کسی زنگ می‌زنه، نگاه کنه تا اگه غریبه بود، در رو باز نکنه. حتماً شما رو نشناخته.

نگاهش کردم... آیا این پوری، دختر من بود؟ رنگ موهایش که این را می‌گفت. وسط فکرهایم گفت:

-می‌بخشین! من عجله دارم. حسین هم تا حالا باید از حموم بیرون اومده باشه.

فکری کردم و گفتم:

-میشه شما زنگ بزنین و حسین رو بخواین؟ می‌ترسم اگه خودم زنگ بزنم، بازم ایران خانم منو نشناسه.

-راستش...

ساکت شد و فکری کرد و گفت:

-باشه. زنگ می‌زنم.

با هم به طرف خانهٔ آنها رفتیم. زنگ زد. من خودم را کنار کشیدم تا دیده نشوم. صدای ایران خانم را شنیدم:

-مینو خانم چیزی جا گذاشتی؟

-نه... حسین از حموم اومد بیرون؟

-آره.

-بهش بگو یه نفر دم در کارش داره.

-چشم.

و گوشی را گذاشت. از مینو تشکر کردم و او با لبخندی که تمام دلم را لرزاند، رفت. چنان محو رفتنش بودم که متوجه نشدم حسین جلو در ایستاده است و با تعجب نگاهم می‌کند. او را که دیدم، آهی کشیدم و گفتم:

-با هزار و یک کلک پلیسی، آدرس خونه‌تونو پیدا کردم.

-چرا؟ ما که دیگه با هم کاری نداشتیم.

-اتفاقاً داریم... من هنوز اون عکس رو ندیدم.

سری جنباند و گفت:

-دیگه نمیشه اون عکس رو دید. مامانم اونو فقط یه بار بهم قرض داده بود.

خیلی قاطع گفتم:

-می‌خوام مادر شما رو ببینم.

لبخند عجیبی زد و گفت:

-شاید بتونین وزیر یا وکیل‌های معروف رو ببینین ولی مادر منو به این آسونی‌ها نمیشه دید.

-شما طوری دربارهٔ مادرتون حرف می‌زنین که انگار یکی از مقامات مهمه کشوریه.

-از مقامات کشوری و لشکری که نیست ولی واسه خودش کسیه. همین حالا که داشتم میومدم پایین، مهتا خانم که خانمِ سفیر انگلیسه بعد از یه ماه انتظار، امروز موفق شد با مامانم حرف بزنه. مامانم عضو رسمی سندیکای پیشگوهای انگلستانه. ضمناً خوبه بدونین که این سندیکا فقط ده نفر عضو رسمی داره.

مهتا خانم با مامان شما چکار داشت؟

-می‌خواست مامانم تلفنی دربارهٔ مریضی پسرش پیشگویی کنه.

صدای ایران خانم در آیفون پیچید:

-حسین آقا؟ مرضیه خانم کارِ تون داره.

حسین به من گفت:

-دیگه باید برم.

**ادامه دارد**

# همیشه پوستی سالم و شاداب داشته باشید

**کاوه صادقی**

ممکن است فکر کنید مراقبت و محافظت از پوست کاری بسیار مشکل و یا حتی غیرممکن است، مخصوصاً زمانی که تازه از خواب بیدار می‌شوید و پس از ایستادن در جلو آینه متوجه می‌شوید که یک جوش بزرگ روی بینی شما درآمده و یا در اطراف لبهای شما نوعی برآمدگی همچون تاول وجود دارد. اما خبر خوب این است که روشهایی برای جلوگیری و درمان مشکلات معمول پوستی وجود دارد که در زیر به تعدادی از آنها اشاره می‌کنیم:

## ۱.جوش:

جوشهای صورت زمانی ظاهر می‌شوند که منافذ پوست توسط نوعی روغن خاص به نام Sebum که باعث چربی پوست و مو می‌شود مسدود شده باشد.

ظهور این جوشها بر روی صورت بخصوص در دوران بلوغ به دلیل فعالیت زیاد هورمونها و تولید بیش از حد چربی پوست اتفاق می‌افتد.

یکی از عمده‌ترین دلایلی که این جوشها بیشتر در ناحیه صورت ظاهر می‌شوند این است که تجمع غدد چربی روی پیشانی، بینی و چانه (اصطلاحاً در محدوده T شکل صورت) بیشتر از نقاط دیگر بدن است.

استفاده از روشهای زیر در پیشگیری از این جوشها می‌تواند مؤثر باشد:

روزانه دو مرتبه صورت خود را با آب گرم و صابونهای مخصوص جوش صورت بشویید و هنگام این کار دقت کنید که صورت خود را به آرامی بشویید و از خراشیدن و خشن شستن آن که باعث بدتر شدن وضع جوشها می‌شود، جداً پرهیز کنید.

همچنین به گفته متخصصان پس از شستشوی پوست خود می‌توانید از مواد ضدعفونی‌کننده که حاوی پراکسید بنزیل هستند نیز استفاده کنید.

سر جوشها را به هیچ‌وجه نترکانید، زیرا این کار می‌تواند باعث چرکین شدن آنها و نیز انتقال مواد آلوده داخل جوش به دیگر نقاط صورت و درنهایت درآوردن جوش اضافی در آن محل بشود.

برای جلوگیری از انتشار باکتری، از دست زدن به جوشها یا چسباندن صورت خود به دیوار یا هر جسمی که باعث تجمع چربی می‌شود پرهیز و فراموش نکنید که قبل از غذا خوردن، آرایش کردن و انجام هر کاری روی صورتتان، حتماً دستانتان را بشویید.

اگر از عینک طبی یا آفتابی استفاده می‌کنید هم برای جلوگیری از مسدود شدن منافذ پوست و ظهور جوش در نقاط اطراف چشم و بینی‌تان، عینک را به‌تناوب بشویید.

آب زیاد بنوشید، زیرا نوشیدن آب باعث خارج شدن مواد زائد پوست می‌شود.

اگر بدنتان جوش زده، سعی کنید از پوشیدن لباسهای تنگ و چسبان که باعث خراشیده شدن جوشها و عدم نفس کشیدن پوست می‌شود، پرهیز کنید.

(برای خانمها) سعی کنید قبل از رفتن به رختخواب آرایش صورت خود را پاک کنید. همچنین هنگام خریدن لوازم آرایشی دقت داشته باشید این لوازم جزو آن دسته موادی نباشد که با جوش زدن پوست همراه هستند.

در ضمن هر کدام از لوازم آرایش خود را مخصوصاً ریمل مژه و ابرو که احساس می‌کنید رنگ و بویش با روز اول آن تغییر کرده، بلافاصله دور بیندازید.

## ۲.خورشید و پوست:

هنگامی که از خانه بیرون می‌روید باید کاملاً مراقب پرتوهای مضر خورشید باشید. قرار گرفتن زیاد در معرض نور خورشید می‌تواند باعث آفتاب سوختگی، ایجاد چین و چروک و حتی افزایش خطر ابتلا به سرطان پوست بشود.

نکات زیر می‌تواند در پیشگیری از بیماریهای پوستی ناشی از تابش نور خورشید به شما کمک بکند:

از کرمهای ضدآفتاب با حداقل SpF۱۵ حتی در روزهای ابری و مواقعی که زیاد هم قصد بیرون ماندن را ندارید استفاده کنید. نکته مهم در استفاده از این کرمها این است که دست‌کم ۱۰ دقیقه قبل از بیرون رفتن این کرمها را بمالید تا کاملا بر روی پوست شما بنشیند و لایه محافظتی خوبی در برابر آفتاب باشد.

موقع خرید کرم ضدآفتاب هم حتماً دقت کنید که دو کلمه UVA و UVB روی قوطی آن نوشته شده باشد.

سعی کنید در زمان شدیدترین زمان تابش نور خورشید (۱۰ صبح تا ۴ بعدازظهر) زیاد از منزل خارج نشوید.

اگر پوست لطیف و نازکی دارید در روزهای آفتابی کلاه‌های لبه‌دار بر سر بگذارید و اگر به ساحل می‌روید، از چتر یا یک سایه‌بان استفاده کنید.

در مکانهایی که باعث انعکاس نور خروشید می‌شوند (از جمله محیط‌های برفی، یخی و استخر) هم از کرمهایی با SpF بالا استفاده کنید.

## ۳.تاول زدن اطراف دهان:

تاولهای اطراف دهان نوعی بیماری ویروسی است که می‌تواند از شخصی به شخص دیگر انتقال یابد، نکات زیر در پیشگیری از این بیماری می‌تواند مفید باشند:

از مصرف مسواک و یا نوشیدن با لیوان افرادی که این مشکل را دارند، جداً پرهیز کنید. ویروسهایی که باعث بروز این تاولها و ورم کردن اطراف دهان می‌شوند، می‌توانند از طریق دهان و بینی هم منتقل شوند.

استرس و قرار گرفتن زیاد در معرض نورآفتاب می‌تواند باعث بدتر شدن این تاولها و برآمدگیها بشود.

اگر این تاولها با درد همراه هستند می‌توانید از داروهایی چون استامینوفن یا ایبوبروفن استفاده کنید یا روی آنها یخ بگذارید.

به هیچ‌عنوان با تاولها بازی نکنید و سر آنها را نکنید، زیرا باعث خونریزی و چرکین شدن آنها می‌شود.

از خوردن مواد اسیدی مثل گوجه، پرتغال و غذاهای پرنمک و تند که باعث تحریک و بدتر شدن وضع این تاولها می‌شوند، نیز پرهیز کنید.

معمولاً این تاولها بعد از گذشت یک یا چند هفته خودبه‌خود از بین می‌روند ولی اگر خیلی در این مورد نگران هستید، می‌توانید با پزشک متخصص پوست مشورت کنید.

## ۴.اگزما:

اگزما نوعی ناراحتی پوستی است که با سوزش، خارش، قرمزی و خشک شدن پوست همراه است.

اگر شما دارای اگزما هستید، اغلب در نواحی زانوها، آرنج، گردن و صورت با علائم فوق روبرو خواهید شد. اگرچه نمی‌توان اگزما را برای همیشه درمان کرد، اما روشهایی برای جلوگیری از تشدید این ناراحتی پوستی وجود دارند. از جمله:

از مواد شوینده قوی، صابونهای عطری و لوسیونهای دارای مواد عطری خیلی زیاد که باعث تشدید اگزما می‌شوند، استفاده نکنید.

> **حتماً ده دقیقه قبل از بیرون رفتن از خانه کرم ضدآفتاب را به صورت بمالید تا کاملاً روی پوست بنشیند**

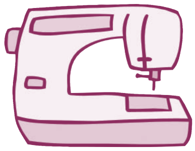
به دلیل اینکه آب به‌طور طبیعی باعث خشکی پوست می‌شود، سعی کنید هنگام رفتن به حمام به مدت کوتاه دوش آب گرم بگیرید و هنگام شستن ماشین یا ظرف شستن که دستتان به مدت طولانی در تماس با آب است، حتماً از دستکش استفاده کنید.

سعی کنید به‌طور مرتب پوست خود را با استفاده از کرمها مرطوب نگهدارید و معمولاً بهترین زمان برای این کار زمانی است که پوست نیمه خیس است. مانند موقعی که تازه از حمام بیرون آمده‌اید.

مراقب جنس لباسی که می‌پوشید باشید. پوشیدن لباسهای نخی به دلیل جنس نرم پارچه و قابلیت نفس کشیدن پوست در آنها می‌تواند مفید باشد، اما حدالامکان سعی کنید از پوشیدن لباسهای پشمی و کاموایی که باعث وخیم‌تر شدن اگزما و بروز حساسیتهای شدید می‌شوند پرهیز کنید.

مراقب هر نوع استرسی باشید. به دلیل اینکه استرس زیاد باعث تشدید شدن اگزما می‌شود. سعی کنید پس از یک روز کاری سخت، مقدار کمی ورزش یا پیاده‌روی کنید تا استرس شما فروکش کند.

(برای خانمها) سعی کنید از لوازم آرایشی که عاری از رنگ و مواد عطری است استفاده کنید و در نهایت اگر در هرکدام از مشکلات پوستی فوق نیاز به مشاوره بیشتر و استفاده از دارو داشتید حتماً سعی کنید با پزشک متخصص پوست مشورت کنید.



# علم خیاطی به روش آسان

## آموزش گام به گام

### موضوع: دامن فون با یوک جدا در ناحیه پهلو

درپی مبحث دامنها و گستردگی آن به بخش شلوارها، در این مبحث مجدداً به ارائه مدلی از انواع متنوع دامن می‌پردازیم:

در برخی از انواع مدلهای دامن می‌توان درز پهلو را به صورت دوخت ساسون روی پهلو، طراحی و دوخت زد.

از جمله این موارد می‌توان به دامن لنگی، دامن با چاک روی پا، دامن با برش عصایی و یوک جدا در پهلو و نهایتاً دوخت دامنهایی از جنس پارچه‌های حساس که نمی‌توان آنها را زیاد در معرض برش و دوخت قرار دهیم، اشاره کرد.

چون درز پهلو در هنگام دوخت به صورت ساسون بسته می‌شود، در خانم‌هایی با قوس پهلوی زیاد بایستی کاملاً ساسون را سبک کنیم ولی در غیر این صورت دوخت ساسون به صورت معمولی انجام می‌شود.

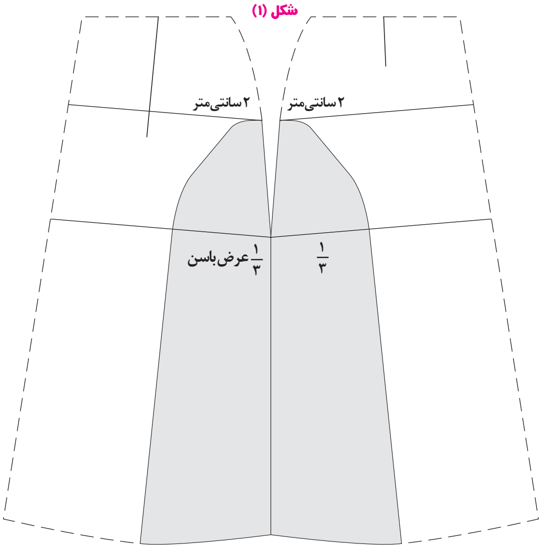
**حال می‌پردازیم به طرح الگوی دامن فون با یوک جدا در ناحیه پهلو:**

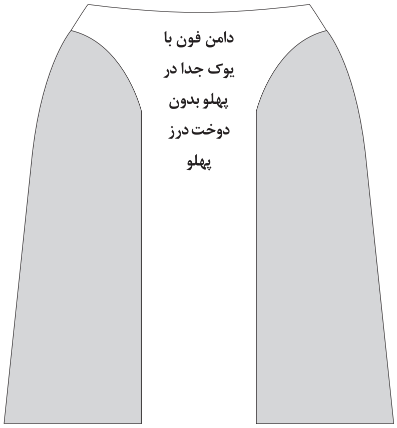
در این مدل دامن فون ساده را طراحی کرده و سپس به طرح مدل عصایی روی الگو می‌پردازیم:

روی خط پهلو در ناحیه باسن کوچک، ۲cm داخل شده و در محل باسن بزرگ به اندازه یک‌سوم خط عرض باسن داخل می‌شویم و به صورت هلال این نقاط را بهم وصل می‌کنیم. و به پایین دامن عمود می‌کنیم. طبق شکل شماره ۱

تمامی طراحی بالا را که روی الگوها انجام دادیم، نتیجه آن است که قسمت رنگی و مشخص شده به صورت تکه جدا قیچی می‌شود و پنس ایجاد شده بالای آن را روی الگو می‌بندیم. سپس تکه‌های به دست آمده الگو را برش می‌زنیم و می‌توانیم یوک پهلو را روی پارچه دیگری با جنس و طرح خاص، انداخته و سپس به هم دوخت کنیم. بهترین مدل برای ترکیب جنس و طرح آن است که یوک پهلو را از پارچه جیر روی زمینه چرم و یا برعکس استفاده کنیم و دوخت تزئینی ضربدری دورادور آن انجام دهیم.

شکل (۱)





همه مطالب این صفحه براساس تحقیق و تلاش ۱۵ ساله بر روی اندامهای خانمهای ایرانی در سایزبندی صورت گرفته است. هرگونه استفاده غیرمجاز خلاف قانون بوده و تحت پیگرد قرار می‌گیرد.

**استاد راهنما:** خانم فرحناز نقابت

**گردآورنده:** خانم مهنازسادات عرب‌عامری

---

## معجزه گیاهان

**لیلا زارع**

سلام به شما یاران همیشه همراه. نامه‌های پرمهرتان به دستم رسید و اظهار لطفتان شادم کرد و از اینکه باخبر شدم مطالب منتشر شده تا به‌حال مشکل پوستی عده زیادی را رفع کرده، مسرور شدم و باز هم از اینکه مرا این‌قدر به خودتان نزدیک دیدید و دوست خودتان خطاب کردید و حتی گاهی در بهتر شدن این ستون همراه و راهنمایم بودید، اشک به دیده‌ام نشست و نام تک تک‌تان را در ذهن و قلبم حک کردم تا همیشه به خاطر بیاورم که دوستان و یارانی خوب چون شماها دارم. لطف بی‌پایانتان را هیچ‌گاه فراموش نمی‌کنم و برای همگی آرزوی سلامتی دارم. پایدار باشید.

ل. ز

**در ضمن این نامه‌ها رسیده و سعی می‌کنم در اولین فرصت پاسخگو باشم:**

خانم فرزانه جعفری از ساغران علیا، خانم ع ـ چ از اهواز، آقای عبدالواحد بلوچ از شهرستان نیکشهر (هیتک)، آقای ذکریا آقابابایی از گلستان، آقای محسن ذوالفقاری از ساوه، خانم زینب ـ ب از تهران، خانم ز ـ ز از آران و بیدگل، خانم ملوس مشتاق شهمیری از تهران، خانم زهرا ـ ز از اسلامشهر، خانم عاطفه ـ م از تهران، خانم سمیرا ـ الف از شهرری، خانم یا آقای م ـ م از قزوین و...

## همیشه میوه خوب و تازه مصرف کنید

**بسیاری از مردم به هنگام خرید میوه و سبزی با مشکل روبرو می‌شوند، زیرا در برخی مواقع آنها به کیفیت سبزی و میوه و یا تازگی آن شک دارند که در اینجا روشهای شناخت بهتر میوه‌ها و سبزی‌ها را با هم می‌خوانیم.**

● **سیب:** سیب خوب دارای رنگ و بوی خوب و بی‌لکه و سفت است.

● **زردآلو:** بهترین نوع زردآلو آن است که روی خود درخت رسیده باشد و دارای رنگ طلایی و به اندازه کافی سفت و آبدار باشد.

● **موز:** باید سفت و به حد کافی رسیده باشد. از خریدن موزهای خیلی نرم و سیاه رنگ بپرهیزید.

● **گیلاس:** باید خوش رنگ، تازه، بی‌لکه و درشت باشد.

● انگور خوب آن است که بر روی شاخه رسیده باشد.

● **خربزه:** باید سنگین و پوست آن زبر باشد. علامت خربزه خوب آن است که اگر قسمت سر آن را با انگشت شست فشار دهیم مختصری فرو برود.

● **هندوانه خوب را با سه روش تشخیص می‌دهند:** یکی با دست مالید که اگر رسیده باشد، دست بر روی آن سر می‌خورد. دیگر، فشار دادن با دو دست که اگر رسیده باشد، صدا می‌دهد و سوم، با تلنگر زدن. رسیدن هندوانه موقعی معلوم می‌شود که به اصطلاح صدای مرگ بدهد!!!!

● سیب زمینی خوب آن است که سفت و محکم و گودالهای کم‌عمق و سطحی داشته باشد. سطح سیب زمینی خوب سفید و یا سبز رنگ نیست و جوانه بر روی آن دیده نمی‌شود.

● لیموترش خوب نسبت به حجم آن سنگین‌تر است. رنگ زرد هم تازگی آن را نشان می‌دهد.

● پرتقال خوب آن است که نسبت به حجمش سنگین، رنگش نارنجی یک دست و بدون لک است.

● انجیر باید به حد کافی نرم و رسیده باشد.

هر وقت انجیر می‌خرید زود آن را به مصرف برسانید، زیرا خیلی سریع لهیده و خراب می‌شود.

# تماشاگه راز

زیر نظر: محمدرضا مهدیزاده

دو غزل از شاعر گرانقدر قیصر امین‌پور

## به بالای تو

به سرسبزی خویش کاجی ندیدم
به سر گرچه جز برف تاجی ندیدم
تو از من تمام دلم را گرفتی
از این بیش باج و خراجی ندیدم
قسم می‌خورم راستش را بخواهی
به بالای تو سرو و کاجی ندیدم
بجز عشق، دردی که درمان ندارد
بجز عشق راه علاجی ندیدم
که جز سکه‌های سیاه دورویی
به بازار یاران رواجی ندیدم
به یک سکهٔ قلب، دل می‌فروشند
مناسب‌تر از این حراجی ندیدم
تو را با تپش‌های قلبم سرودم
به این واژه‌ها احتیاجی ندیدم

## بهانه‌ها

زنده بودن، سرودن بهانه
هرچه جز با تو بودن بهانه
ذکر نام تو یعنی تنفس
عاشقانه سرودن بهانه
خواب یعنی تو را خوب دیدن
پلک بستن ـ گشودن، بهانه
گریه هم مثل باران ضروری است
غصه از دل زدودن بهانه
دم‌به‌دم فال حافظ گرفتن
بخت را آزمودن بهانه
شعر دعوی، سرودن دروغین
زندگی عذر، بودن بهانه

## نیمکت

لابه‌لای ثانیه‌ها
در پیاده‌روها
هزاران تنه خوردم
به جستجوی
از هفت خیابان طولانی گذشتم
تو را
روی نیمکت‌های پارک
توی خیابانها
در صدای ماشین و آدمها
جا گذاشتم
تو را در دود
در بود
در نبود خویش گم کرده‌ام

پروین قمصری

دو شعر از شهاب‌الدین ایذه‌ای

## شعر

رود را بر دامنت می‌ریزم
تا همیشه سبز باشی
حرفها را به تو گفتن
زیباتر از هرچیز پاک است
آه
که نمی‌توانم
صدایت کنم
تا چشم در چشمم
به رسم نسیم قصه بگویی
تا در فصل بلند گیسوانت
بوزم
و جهان شاهد رویش من باشد

## پایان

اتوبوس
مرا از خاطره‌ها دور می‌کند
اگر برسم به شهر تو
چمدانم را می‌گشایم
پریشانی‌ام را به باد می‌دهم
و با این ابر سرگردان
می‌روم تا خیالی دور
آنجا که زمین به آسمان می‌رسد
و من
به
تو

# جوانه‌های ادبی

**ناظمه ستاری ـ ورامین**

ذوق سرودن را دارید. با مطالعه و تمرین بیشتر مطمئناً آثار بهتری خواهید سرود:

آمدی و رفتی
هزار بار پس از تو
رفتم و آمدم
تا شاید یکی از کفشهایم
جای پای چندین ساله تو را
بوسیده باشد

**سجاد بهمنی ـ تبریز**

وزن دوبیتی مفاعیلن مفاعیلن مفاعیل است، اما این وزن مختص دوبیتی نیست و در غزل هم به‌کار گرفته می‌شود. حافظ می‌گوید:

مسلمانان مرا وقتی دلی بود
که با وی گفتمی گر مشکلی بود

یا:

سحر بلبل حکایت با صبا کرد
که عشق روی گل با ما چها کرد

**مهین نعیمی ـ تهران**

کتاب «بدعتها و بدایع نیما یوشیج» را بخوانید تا با ابتکاراتی که نیما در شعر نو داشته آشنا شوید. کتاب «عطا و لقای نیما یوشیج» هم به دردتان خواهد خورد. هر دو این کتابها نوشته مرحوم مهدی اخوان ثالث است.

**نامه‌هایتان را خواندم، منتظر آثار بهترتان هستم:**

فرخنده برونی، رشت ـ شیرزاد راوند، املش ـ فاطمه خرده‌گیر، تهران ـ آرزو اذان‌گو، ساری ـ مینا فلاح، کرج ـ اسماعیل اسفندی، شوش دانیال ـ جواد طاهری، کرمانشاه.

### دیدار

در آن سوی افق
به انتظار می‌ایستم
تا همراه آفتاب
طلوع کنی

**محمدعلی احمدی ـ شیراز**

### دیروز

از تو می‌گویم
که دیروز
ما را به
مرز عشق
بردی
و یک سبد ستاره
به من دادی

**فاطمه شهبازی ـ کرج**

### دل من

دلم در سینهٔ غم مرد امشب
مثال برگ گل پژمرد امشب
دل من بی‌کس و تنها و خسته
میان گریه‌ها افسرد امشب

**رضا یوسف‌زاده تهرانی ـ فردیس**

### امید

خورشید
آینهٔ توست
وقتی
گیسوانت
باز می‌شود
خورشید بیشتر از پیش
می‌تابد

**سعیده زمردی ـ کردکوی**

## عاشقانه

مهربانا، مهربانا، ماه من
چند می‌خندی به رسم و راه من؟
ساده بودن، رسم و راه عاشق است
راه و رسم این دل آگاه من
سالهای سادگی یادش بخیر
عشق می‌آمد به خلوتگاه من
عشق بود و آبشاری از شگفت
عشق بود و اشک بود و آه من
عشق بود و شعله‌های آرزو
شعله‌هایی نیز خاطرخواه من
عشق بود و کوچه عطر ناز داشت
سرو تو مستانه می‌زد راه من
عشق بود و کوچه بود و انتظار
ماه بود و ماه بود و ماه من

مصطفی خلیلی (بشیر)

## شاعر

در پشت کوه‌های دلم آفتاب مُرد
گلهای روی تاقچه جان داد و آب مرد
خمیازه می‌کشید زمین در هوای شب
مانند روح آینه در دست خواب مرد
خود را درون ذهن خیابان رها نمود
انسان، شبیه ثانیه‌ها باشتاب مرد
حتی بدون اینکه سؤالی شود عظیم
حتی بدون اینکه بگیرد جواب مرد
مانند باغ سایهٔ خود را به آب داد
مثل کویر در هیجان سراب مرد

○

در کنج بیت آخر این شعر شاعری
تنها در امتداد نگاه طناب مُرد

امیر محمدی

## یک سینا راز

من حسرت یک آسمان پرواز دارم
شوقی برای صد گلو آواز دارم
بیزارم از پایان راه و آرمیدن
چشمی به بیداری هر آغاز دارم
با لحظه‌های جانشکار بی تو بودن
دل را ز پژمردن چگونه باز دارم
مجنونی من کی در این صحرا بگنجد
در سینه یک سینا ز لیلی راز دارم
از دوزخ آشامان نمی‌بینم نشانی
من راز سوز خود چسان ابراز دارم
در اوج طوبی مرغ معنا صید کردم
از عشق تو در سینه‌ام شهباز دارم
یاد تو می‌آید نسیم‌آسا به صبح
یک پنجره در صبحگاهان باز دارم
تا باغ استرون به‌بار آید مرا، چشم
بر لطف پیر رومی و شیراز دارم

دکتر احسان شفیقی

# در قلمرو داستان

دو داستان کوتاه کوتاه از:
محمد جامی ـ تایباد

## گواهی ایزو (۹۰۰۲)!

صدای بوق شیپوری پیکان اولین سیستم! جوانک که بلند شد، نگهش داشت و گفت:

ـ گواهینامه؟

ـ ندارم!

ـ کارت بیمه؟

ـ ندارم!

ـ کمربند هم که نبستی! چراغ هم که نداری! پس چی داری؟!

جوانک (داش مشدی‌وار) خندید و گفت: شهامت!

و همه‌ی سرنشینان پیکان همصدا خندیدند!

لبخندی به گوشه‌ی لب افسر پلیس راه نشست. قبض جریمه را نوشت و کف دستش گذاشت و گفت:

ـ این هم گواهی ایزو (۹۰۰۲)یِ حماقت!!...

و باز هم سرنشینان خندیدند! اما جوانک را کارد می‌زدی خونش درنمی‌آمد.

■

## بالاتر از شرمندگی!

ـ عینک آفتابی داخل ویترین چنده پسرم؟

ـ فروشی نیست!

ـ عروسک بغل دستش؟

ـ اونو قبلاً فروختیم!

ـ اون ذره‌بین روی میزتون؟

ـ لازمش داریم!

و پیرمرد عصازنان راهش را گرفت و رفت.

روزنامه را که از جلو صورتش دور کرد و از پشت شیشه به بیرون نگاه کرد، معلم قدیمی بازنشسته‌شان را دید که سوار تاکسی شد و رفت...

■

## دره خطرناک

نوشته: زهرا اسماک‌نژاد ـ از ساری ـ روستای اسفندان

در ابتدای راه بود صعب‌العبور و خطرناک، لبه پرتگاه ایستاده بود و انگشتانش را در شکاف سنگ می‌گذاشت، تنها بود، یکه و تنها راهی این پرتگاه شده بود. در آن سکوت که بوی مرگ می‌داد تنها صدای باد بود که به او می‌فهماند زنده است. ناگهان زیر پایش لغزید و خاک سست در زیر پایش خالی شد و او به عمق دره اعتیاد افتاد.

■

## صدایش کن... مامان

نوشته: مریم احمدی از ملایر

صورتش اشک باران شده بود، خیس... خیس... و زمزمه کرد:

ـ کی مرا مامان صدا می‌کنی، دلم گرفت آخر...

صدای مرد به گوشش رسید که گفت: «بس کن دیگر، تو مادر نمی‌شوی، آن عروسک‌ها را هم بیرون بنداز و اعصاب مرا داغون نکن!»

■

## بر دوش فرشتگان

نوشته: محمد مصطفی سحری ـ تهران

از تاریکی اطرافش خسته شد. چشمانش را بست. جای گرم و راحتی داشت اما برایش کوچک شده بود. با این حال دخترک آنجا را دوست داشت و به آن انس گرفته بود. زود در خواب شیرینی فرو رفت. لبخند زیبایی گوشه لبش نشست و صورت کوچکش را زیباتر کرد.

○

از سروصدای اطرافش بیدار شد. چشمانش را باز کرد. هجوم نور چشمانش را به درد آورد. پلکهایش را چند بار به هم زد تا به نوری که اطرافش را پر کرده بود عادت کرد. فرشته‌های کوچکی را دید که دور او طواف می‌کردند و برای او دست تکان می‌دادند. فرشته‌هایی زیبا با بالهایی ریز که از به هم خوردن آنها گردهای نورانی به اطراف پراکنده می‌شد و همه جا را چون قصری زیبا که دیوارهایش با آینه‌کاری مجلل شده بود، باشکوه می‌کرد. دخترک به وجد آمده بود و در پوستش نمی‌گنجید. دستانش را به سوی فرشته‌ها گرفت تا با آنها بازی کند. در این حال و هوا بود که خود را بر دوش فرشتگان دید. با چشمهایی متعجب و نگران اطرافش را نگاه کرد. احساس غریبی داشت بغض گلویش را گرفت. فرشتگان او را با خود به جای دیگری می‌بردند. او نمی‌خواست، این جا را دوست داشت. خود را سنگین کرد دستان و پاهایش را در هوا تکان داد. فرشتگان که بی‌تابی دخترک را دیدند، تلاش کردند تا او را آرام کنند. فایده‌ای نداشت او راضی نمی‌شد. دخترک سراسیمه جیغ می‌کشید و پاهایش را به اطراف پرتاب کرد و هرطور بود از چنگ فرشتگان خلاص شد!

○

ـ آقا همسرتون فارغ شد خدا به شما یک دختر زیبا هدیه کرد.

■

### محمدرضا شاهد ـ از شهر سورک

ابتدا اینکه نام شهر «سورک» لااقل برای من نام آشنا بود. و اما قصه بدون اسم و عنوانتان؛ می‌توانستید این قصه را کمی «رئال» و باورپذیرتر بنویسید، بطور مثال اگر «سگ» قصه‌تان مانند یک سگ واقعی بود که وقتی کتک می‌خورد پارس می‌کند و حمله می‌کند و پاچه می‌گیرد و... آن‌وقت فینال داستانتان نیز جذاب‌تر و قشنگ‌تر از آب درمی‌آمد.

### احسان ناظم بکایی ـ از تهران

چند داستان کوتاهتان را خواندم. «مادربزرگ»تان قشنگ بود و بقیه چنگی به دل نزد؛ اگر همین «مادربزرگ» را الگوی کارهای بعدیتان بکنید، موفق خواهید شد.

### فریبا سرات

«انتقام» شما را دیدم؛ همانطور که بارها در همین ستون نوشته‌ام، این خیلی مهم است که پایان داستان «انفجاری» باشد، اما فراموشتان نشود که این «فینال انفجاری» باید حاصل یک «تنه داستان» قوی باشد. درست همان بحث «علت و معلول»! لذا؛ قصه‌تان قشنگ بود، اما همانطور که توضیح دادم، فینال آن «باورپذیر» نبود!

### مهری نجفی ـ از ارومیه

«طمع خام» شما را دیدم. شاید این قصه اگر از سوی یک خواننده به دستم می‌رسید که برای نخستین بار قصه‌ای ارسال می‌کرد، قابل چاپ بود، اما از سوی شما که قبل از این نیز قصه‌های قشنگتری برای «قلمرو» ارسال کرده‌اید، چندان «مقبول» نیست! بطور مثال؛ آخرش معلوم نشد که پیرزن طماع چرا و از کدام رفتار دو فرزند جوانش شاکی شده بود؟ خواننده وقتی پاسخ این قبیل سؤالات را نفهمد، آن وقت نمی‌تواند با داستان ارتباط برقرار کند.

### شبنم مخوری ـ ۱۵ ساله از شهر قدس

به این قبیل داستان‌ها «مسخ‌نویسی» می‌گویند، اما اشکال داستانتان این بود که؛ یک نویسنده می‌تواند موجوداتی غیر از انسان، و حتی غیرجاندار را شخصیت اول قصه‌اش بکند، اما سوژه‌ای که انتخاب می‌کند، باید مضمونی باشد که با جنسیت و نوع آن موجود ـ چه جاندار و چه غیرجاندار ـ همخوانی داشته باشد! درصورتی که شما در «غریب آشنا»یتان، قصه‌ای نوشته‌اید در فضای انسانها، اما بجای انسان، از یک گربه به جای شخصیت اول استفاده کردید! از همه اینها گذشته! چرا دنبال یک سوژه راحت و ملموس نمی‌گردید که راحت‌تر هم بتوانید آن را بپردازید؟

### فریبا خلیقی ـ ۱۳ ساله از ساوه

باریکلا فریبا خانم! وقتی یک دختر نوجوان ۱۳ ساله تا این اندازه، قدرت تخیل دارد تا سوژه‌هایی بکر را بپردازد، حیف است که برای دلخوشی دادن به او، از معایب قصه‌اش بگذرم؛ هر ۳ داستان کوتاه کوتاه‌ات شبیه به هم بود؛ نوعی فریب دادن سوژه! البته این خوب است، اما مشروط بر اینکه داستان یا پیام خوبی داشته باشد، یا حرفی نو! منتظر قصه‌های قشنگترت هستم.

### سیمین غلامی ـ از تهران

در هر دو قصه‌تان «نثر» خوب و روانتان جای احسنت داشت، اما افسوس که سوژه هر دو قصه ـ علیرغم کوتاه بودن ـ تکراری بود؛ از ذهن خود برای خلق سوژه بکر بیشتر استفاده کن!

### ملوس مشتاق شهمیری

باور کنید خیلی دلم می‌خواست از داستانتان استفاده کنم، اما افسوس که خیلی بلند بود؛ الان مدتهاست که مدام می‌نویسم «فقط داستان کوتاه کوتاه» بفرستید! حتی آقای محمد آزادی ـ که خودم عاشق داستانهای نیمه بلندش هستم ـ نیز لطف کرده و در این اواخر فقط «مینی‌مالیستی» برایمان می‌فرستد. پس منتظر قصه‌های کوتاهت هستم؛ حیف است با این ذوق قصه‌های بلند بفرستی که ما نتوانیم از آنها بهره ببریم.

# اول برج

**نوشته: زهرا اسرلک ـ از الیگودرز**

نگاهش که روی اسکناسهای سبز آقای علیزاده نشست، با خودش گفت:

ـ زودباش، نباید فرصتو از دست بدی!

ـ آخه، آخه روم نمی‌شه!

ـ یعنی چی روم نمی‌شه؟ برو جلو تا پولاشو خرج نکرده.

ـ باور کن روم نمی‌شه!

ـ از دست تو با این فکرای احمقانه، مگه می‌خوای دزدی کنی که روت نمی‌شه؟ بلندشو برو جلو و...

صدای باز شدن در اتاق، آقای جلالی را از عالم خیال بیرون کشید. آقای حسینی بود که انگار بوی اسکناس از اتاق بغلی به مشامش خورده بود. هر چند که قبل از وارد شدنش، و با شنیدن اولین ضربه به در، آقای علیزاده اسکناسها را چپانده بود توی کشوی میزش.

ـ به‌به، آقا محسن گل گلاب. «و رو به آقای جلالی کرد و همان‌طور که به طرف میز علیزاده می‌رفت ادامه داد: «خوب آقامحسن، در چه حالی؟ چه کار می‌کنی؟

آقای علیزاده با بی‌تفاوتی، درحالی که تعارفش می‌کرد که بنشیند، لیوان چایش را کشید جلو و جواب داد: هی زنده‌ایم، نفسی میاد و میره...

آقای حسینی هم، بی‌تفاوت‌تر ادامه داد: یه گرفتاری برام پیش اومده، از اون قلمبه‌هاش. راستش پام تو گل گیر کرده و دستم تو حنا، اون ۱۷۰ هزار تومانی َکه بهت قرض دادم‌رو بده ببینم، خدا چی می‌خواد...

علیزاده، ناخشنود از این حضور بی‌موقع گفت: آخه حسینی جون، خودت که وضع منو بهتر می‌دونی، باور کن از سر ناچاری ازت گرفتم...

ـ اِاِ، یعنی چی از سر ناچاری؟ الان ۹ ماهه که هیَ امروز و فردا می‌کنی. حقوق یک ماهم‌رو با همه مزایا و اضافه کاری، راست و درست گذاشتم تو دست تو، اما به شرط یکماه، نه ۹ ماه؟! از خودت چه پنهون بچه‌ام تازه به دنیا اومده، هزارتا گرفتاری دارم. لطف کن پولو رد کن بیاد که کار دارم...

علیزاده دست دست می‌کرد. شاید به دنبال راه فراری می‌گشت:

ـ آخه یه خرده قسط و وام دارم...

حسینی داشت عصبانی می‌شد:

ـ به من هیچ ربطی نداره، فرض کن پول منم یکی از اون قسط و وامهاست که می‌خوای بدی...

ـ حالا چرا عصبانی میشی. صبر کن ببینم چقدر دارم بهت بدم؟

هزار تومان از هفتاد هزار تومانی را که مدتها قبل به او قرض داده بود گرفت و رفت.

جلالی هاج و واج به رفتن بهمنی نگاه می‌کرد. جلالی دوباره با خودش مشغول بگو و مگو شد:

ـ چه راحت، خوش به حالش.

ـ آره، مگه همه مثل توان.

ـ آخه روم نمی‌شه!

ـ روم نمی‌شه، روم نمی‌شه! اعصابمو داغون کردی، یالله بلند شو صداش بزن...

به سختی لبهایش را از هم گشود و صدا زد: «محسن، آقامحسن...»

آقای علیزاده انگار صدایش را نشنید، شاید هم شنید و به روی خودش نیاورد. شاید هم آقای جلالی، صدایش را فقط در دلش بلند کرده بود.

ـ آقامحسن...

آقای علیزاده همانطور که اسکناسها را داخل سامسونتش می‌گذاشت و از جایش برمی‌خاست جواب داد: «چیه جلالی جون.»

ـ راستش یه کار کوچولویی باهات داشتم.

علیزاده با عجله گفت:

ـ ببخشید، ولی فعلاً یه کار فوری دارم. باید زود برم تا رئیس نرفته، بگذار وقتی اومدم. قربونت هر کی باهام کار داشت، راش بنداز تا بیام.

و همانطور که از اتاق خارج می‌شد، صدایش را از لای در فرستاد داخل؛ ظهر می‌بینمت، خداحافظ... و در را بست و رفت.

اتاق خالی شد. جلالی، به صندلی تکیه داد و ناخودآگاه نگاهش نشست روی تقویم روی میز. اول برج بود. تقویم را ورق زد، و دوباره نگاهش نشست روی اول برجهای قبل.

ـ «ای بی‌عرضه، حالا بشین هی نگاه تقویم کن، کارته، شغلته، شده جزو عادت، همیشه همین‌طوری، نه فقط ایندفعه. الان یکسال و نیمه. آخر دلرحمی هم حدی داره. اول برج که همه کیفها و جیبها پرپوله، هی دس دس می‌کنی تا کار از کار بگذرد. آخرشم میگی بذار اول برج دیگه. که اونم دستش باز بشه. مگه تو که اونهمه پول بی‌زبونو بهش دادی، دستت باز بود؟ قرار بود سر ماه بهت برگردونه... دیدی که، حتی محلتم نگذاشت...»

خودکارش را پرت کرد روی میز و چشمهانش را بست. خسته بود. از دست خودش حسابی خسته شده بود. لحظاتی بعدی چشمهایش را باز کرد. تقویم را ورق زد و نگاهش ماسید روی اول برج آینده. با خودش زمزمه کرد؛ «حتماً، حتماً، حتماً اول برج دیگه پولمو ازش پس می‌گیرم. مگه دزدی کردم که روم نشه؟ اول برج دیگه، حتماً...»

و مثل همه اول برجهای یکسال و نیم گذشته، پس از این کشمکش درونی، به امید اول برج آینده، سرش را لابلای پوشه‌ها و پرونده‌ها فرو برد و به کارش مشغول شد.

■

# شکار فردا

**نوشته: شاهین بهرامی ـ از باغستان کرج**

ساعت ۱۰ صبح ـ گوشی تلفن زنگ می‌خورد و نادر با عجله آنرا برمی‌دارد «الو بفرمایید». از آنسوی سیم دختر جوانی پاسخ می‌دهد: «سلام نادر، منم نسرین» و نادر با خوشحالی پاسخ می‌دهد: «سلام نسرین جان وای که تو نمی‌دونی با این دل من چه کردی دختر، از شب تا صبح از عشق تو بیدارم تو تک ستاره‌ی آسمون قلب من هستی من تورو اندازه‌ی...

○

ساعت ۲ بعدازظهر همانروز کافی‌شاپ ـ نادر درحالی که کادویی در دست دارد به دختر جوانی که در مقابلش نشسته می‌گوید: «بفرمایید نازنین خانم، قابل شمارو نداره این کادو به مناسبت اولین دیدارمونه. نمی‌دونی از اینکه سر قرار اومدی چقدر خوشحالم، بهت قول می‌دم که تو تنها دختر زندگی من هستی و قسم می‌خورم که تا ابد بهت وفادار باشم و...

○

ساعت ۴:۳۰ عصر همانروز ـ این بار موبایل نادر زنگ می‌خورد و او که از روی شماره درج شده بر روی صفحه نمایشگر، مخاطب خود را شناخته به محض برقراری ارتباط بی‌محابا می‌گوید: «مهشید خانم گل چی کار می‌کنه؟ خوبی عزیز؟ وای که اگه من یکروز صدای قشنگ تورو نشنوم دیوونه میشم تو نمی‌دونی که...

○

ساعت ۸ شب همانروز ـ رستوران مجللی در بالای شهر نادر درحالی که دستهایش را در هم قلاب کرده با خوشحالی فراوان می‌گوید آه مینوی عزیز این چه کاریه؟ من اصلاً راضی به زحمتت نبودم و مینو در جواب می‌گوید ـ خواهش می‌کنم این یک کادوی ناقابله برای وفادارترین پسری که تو تمام عمرم دیدم. به امید روزی که با هم زیر یک سقف زندگی کنیم. در ضمن اون ۳ میلیون تومانی را هم که می‌گفتی نیاز داری، از پاپا گرفتم که بصورت «تراول»، داخل همین کادوست!

○

ساعت نیمه شب را نشان می‌دهد؛ نسرین، نازنین، مهشید و مینو هرکدام در بستر خود دراز کشیده‌اند و از شوق یکنفر نمی‌توانند چشم بر روی هم بگذارند. آن یکنفر اما؛ خواب است. خواب...

■

امیر پرندک

## تکلیف چی است؟

در سال ۱۳۷۰ ضمن سپردن تعهد خدمت به وزارت آموزش و پرورش، وارد دانشسرا شدیم. طبق مفاد این تعهدنامه پس از اتمام تحصیل، موظف به حداقل پنج سال خدمت در آموزش و پرورش هستیم. آموزش و پرورش نیز با استناد به تعهدنامه مذکور و همچنین ماده یک آیین‌نامه اجرایی تصویب مورخ ۵۸/۵/۶ هیئت وزیران و لایحه قانونی مصوب ۵۸/۲/۲۷ شورای محترم انقلاب اسلامی و دستورالعمل شماره ۲۶۷۷ - ۰۵ - ۴۱۰ مورخ ۶۳/۷/۳۰ اداره نظام وظیفه عمومی باید در پایان انجام تعهد (یعنی پایان پنج سال) مراحل قانونی و لازم جهت تحویل کارت پایان خدمت به متعهدان خدمت خود را انجام دهد، ولی متأسفانه اکنون با گذشت بیش از ۹ سال و اتمام تعهد متأسفانه هنوز کارت پایان خدمت دریافت نکرده‌ایم. همانگونه که مستحضرید کارت پایان خدمت در کشور ما، یکی از مدارک بسیار مهم است که نبودن آن در خیلی از جاها باعث از بین رفتن حق مسلم و قانونی ما شده است، ضمناً هرگاه که جهت پیگیری موضوع به مسوولان محترم مراجعه می‌کنیم، آنها می‌گویند چون شما آموزش نظامی ندیده‌اید، پس این کارت به شما تعلق نمی‌گیرد. در این ارتباط چند سؤال مطرح است:

۱ـ چرا افرادی که تعهد آنها تا سال ۷۷ تمام شده بود، بدون آموزش نظامی کارت گرفتند؟

۲ـ چرا به خیلی از غایبان خدمت نظام وظیفه، عفو رهبری تعلق گرفت و آنها نیز بدون آموزش نظامی موفق به اخذ کارت گردیدند؟

۳ـ اگر واقعاً باید فرهنگیان آموزش نظامی ببینند، چرا تاکنون هیچ مسوولی اقدام به پیگیری ننموده تا فرهنگیان در مراجع ذیصلاح آموزش ببینند.

از تمام مسوولان خواهشمندم فکری به حال این مشکل اساسی بنمایند.

م ـ ع

## آب کجا است؟!

روستای ملوران از توابع شهرستان نیک‌شهر استان سیستان و بلوچستان گرفتار کمبود آب و مشکلات اساسی در این زمینه است. متاءسفانه خشکسالی نیز به این مسأله دامن زده است.

مدت یکسال است در کنار رودخانه، چاه آب کنده شده ولی هنوز برای لوله‌کشی و نصب برق آن اقدامی نشده است. متأسفانه مراجعه مردم به اداره آب و فاضلاب و سایر مسوولان هیچ نتیجه‌ای نداشته است.

اهالی از مسوولان می‌پرسند آیا نبود آب و رنج مردم تا کی باید گرفتار مشکلات بودجه باشد؟!

**سوالی بزرار ـ خبرنگار اطلاعات هفتگی**

## شهرداری و بهداشت نقده در خواب اند

شهر نقده از وضعیت بهداشتی مناسبی برخوردار نیست و آشغالها و زباله‌ها از معابر جمع‌آوری نمی‌شود.

آیا مردم نقده حق زندگی شهری سالم، زیبا و بهداشتی را ندارند.

بوی عفن ناشی از تجمع زباله‌ها، بعضی از نقاط این شهر را انباشته است. این وضعیت بهداشت اهالی نقده را به مخاطره انداخته است.

شهرداری و شبکه بهداشت این شهر بایستی بیشتر به بهداشت و تمیزی نقده توجه کنند.

**جعفر بابایی ـ خبرنگار اطلاعات هفتگی**

## جاذبه‌های طبیعی استان کرمان گمنام مانده است

همان‌طور که می‌دانید، امروزه صنعت گردشگری به عنوان یکی از پردرآمدترین صنایع جهان از بُعد درآمد، ایجاد اشتغال و جنبه‌های اقتصادی اهمیت بسیاری دارد.

در استان کرمان جاذبه‌های طبیعی گردشگری بسیاری وجود دارد که به دلیل عدم توجه کافی گمنام مانده است.

با توجه به اینکه در دوران سازندگی کشور عزیزمان قرار داریم و با عنایت به اینکه صنعت گردشگری موردتوجه مسؤولان محترم میهن عزیزمان قرار دارد و با توجه به پتانسیل بالای استان کرمان برای جذب گردشگران و وجود جاذبه‌هایی مثل آبشرا راین، آبشار رابُر، آبشار دلفارد جیرفت، آبشار دامنه جنوب قله علمشاه جبالبارز، سد جیرفت، دشت داور، دشت زرند، دریاچه شور رفسنجان تالاب جازموریان در کهنوج، سد اسطوره دِر سیرجان، ذخیره‌گاه جنگل بنه واقع در دهبکری بَم، ذخیره‌گاه جنگل ارس واقع در رابر بافت، ذخیره‌گاه جنگل زیتون در بافت و جیرفت، ذخیره‌گاه جنگل انار شیطان در دلفارد و اسفندقه جیرفت، غار ایوب در شهر بابک، غار ادرج در رفسنجان، غار جفریز در گوغربافت، غار سنگ ترکیده در جیرفت، غار مموشادرسیه بنوئیه و غارگرتی در نوق رفسنجان از مسوولان محترم خواهشمندیم اقدامات لازم را برای معرفی این جاذبه‌های طبیعی بسیار زیبا به گردشگران داخلی و خارجی صورت دهند تا استان کرمان بتواند به عنوان یکی از قطبهای اصلی گردشگری در کشور مطرح گردد.

**خبرنگار اطلاعات هفتگی در کرمان - محمود جعفری کوهبنانی**

## چک و دردسرهای آن

یکی از تناقضات مشکل‌ساز برای عامه مردم، مسئله چک است. از طرفی برای دریافت کلیه تسهیلات و وامهایی که در اختیار مشتری قرار می‌گیرد، الزاماً هم وام‌گیرنده و هم ضامن باید به عنوان ضمانت چک بسپارند و از طرفی زمان تحویل دسته چک جدید به خاطر کم بودن تعدادی از برگهای چک از دادن دسته چک امتناع می‌کنند. اینجا این تناقض پیش می‌آید که اگر شخص بیش از تعداد ذکر شده، چک برای ضمانت داده باشد، چگونه دسته چک جدید بگیرد و متقابلاً اگر این شخص به عنوان ضمانت چک ندهد، همکار یا بستگان دارنده چک از دریافت وام محروم می‌شوند.

خواهشمند است با انتخاب یک راه اصولی و منطقی برای دارندگان دسته چک این مشکل را حل نموده تا هر دو طرف از این امکان قانونی بهره‌مند گردند.

**تعدادی از دارندگان چک ـ ساری**

داستان
جان
۱۸

## احتیاج به تأیید

از: تورج حسینی منجزی

احتیاج به تایید دومین خصوصیت خود دروغین است . او پس از آن که خود را با دستاویزهایی چون عقاید ، جایگاه یا دارایی های خود یا نفی دیگران یا عشق دروغین توجیه کرد . چون خود بیش از همه به دروغین بودن وخلاء بودن این توجیهات آگاه است . احتیاج دارد تا با گرفتن تایید از دیگران این زخم را مرهم نهد . مرهمی که خود از صد زخم بدتر و درد آور تر است . و اینجا آغوشی است که بسیاری از حسهای منفی این قاتلان بی رحم در آن پرورانده می شوند . چند نمونه از این حسها را با هم مرور می کنیم

● **حسد** : در صورتی که دیگران بیش از او مورد تایید قرار گیرد.آتش حسد او را در بر می گیرد ((آه ، ماشین او چند مدل از من بالاتر است )) .(( کاش من هم می توانستم مثل او شعر بگویم )) . ((خوش به حالش چقدر زیباست )) .یا

● **نفرت** : در صورتی که دیگران توجیه او را زیر سوال ببرند و بر آن خدشه وارد نمایند . و یا بیشتر از او مورد تایید قرار گیرد. نفرت وجود او را پر می کند، ((لعنتی ، پشت سر من حرف می زنی ! )) ((همه را دعوت کرد اما من را دعوت نکرد ازش متنفرم )) یا ...

● **ترس** : همیشه در این ترس است که کسی یا اتفاقی بر توجیهات او خدشه وارد نماید . و تایید او را زیر سوال ببرد .(( نکند این مقام را از دست دهم )) ، (( او حق ندارد حرف بزند زیرا امکان دارد عقاید مرا زیر سوال ببرد )) ، (( نکند عشقم را از دست بدهم )) یا ... البته باید اضافه کنم . اگر شما بعنوان مثال شیر درنده ای را ببینید و با ترس از او فرار کنید ، این ترس ، ترس حقیقی است و در حقیقت همان ((تعقل )) است .

● **ریا** : برای این که مورد تایید قرار بگیرد ، دچار ریا می شوید . خود را آنگونه نشان می دهد که نیست و هزار حیله و نیرنگ به کار می برد .

● **غرور و حقارت** :در صورتی که مورد تایید قرار گرفت دچار غرور می شود (( این من هستم که همه دارند مرا تشویق می کنند )) ، (( لباس من از همه زیباتر و گرانتر است )) ،(( همه به من می گویند قلم خوبی داری )) یا و ... در صورتی که مورد تایید قرار نگیرد یا دچار نفرت می شود یا حقارت و یاس ، (( من واقعاً آدم بدبختی هستم )) در صورتی که عزت نفس از این مسایل سرچشمه ندارد. عزت نفس از وجود حقیقی و ذات انسانی شخص بر می‌خیزد . و به همین خاطر همان ارزشی که برای خود قایل است . برای دیگران هم قایل است زیرا دیگران هم در این ذات انسانی با او مشترکند .

● **طمع** : خود دروغین هر چند خود را توجیه می‌کند ارضاء نمی شود او برای همیشه مورد تایید بودن، همیشه بیشتر و بیشتر می خواهد ، مقام بالاتر ، دارایهای بیشتر ویا ...

خود دروغین همواره در حال ستیز و جدال با خویش و دیگران است . این حسهای منفی همیشه او را در حال ستیز با دیگران قرار می دهد . و در درون نیز جدال و ستیز بیشتری در او برقرار است . زیرا همانطور که تا حالا بارها گفته ایم فضای درون و بیرون ما همواره تحت تاثیر یکدیگرند . او حتی از ((مذهب )) که باید چون (( چراغ )) روشن کننده و یا (( ملیت )) که چون ((لباس)) پوشاننده باشد نیز (( شمشیر )) و (( خنجر )) می سازد. و باز هم لسان الغیب:

● جنگ هفتاد و دو ملت همه را عذربنه
چون ندیدند حقیقت ره افسانه زدند

## زیباترین سفره عقد ۲۰۰۴

با رنگهای دلخواه شما

توسط بانو

**بیتا آل محمد**

۰۹۱۲۱۳۰۸۹۶۱

---

### ملیکا ملک زاده

دانش آموز کلاس دوم ابتدایی مدرسه اطهر در سال تحصیلی ۸۳ـ۸۲ با معدل ۲۰ شاگرد ممتاز شناخته شده است. با تشکر از اولیاء محترم مدرسه.

**پدر و مادرت**

---

### علی اسماعیلی

دانش‌آموز کلاس سوم ابتدائی در سال تحصیلی ۸۲.۸۳ با معدل ۲۰ شاگرد اول شده با تشکر از معلم مربوطه

---

## طعمه

Tomeh

## خمیر سوسک کش

**Roaches Killer**

پروانه بهره برداری وزارت صنایع: ۱۱۱۵۰
پروانه ساخت وزارت بهداشت: ۴۳۷۹

**فروش در داروخانه های سراسر کشور تلفن: ۸۴۲۰۴۷۲-۰۲۱**

---

### ریحانه فرحمند

دانش‌آموز کلاس اول دبستان بانو کتابی کرج در سال تحصیلی ۸۲.۸۳ با معدل ۲۰ شاگرد ممتاز شناخته شد. با تشکر از سرکار خانم فاطمه ارواحی

---

## جدیدترین و موفق ترین روش علمی ترک اعتیاد

- سم زدایی فوق سریع (UROD)
- در مدت چند ساعت زیر بیهوشی و یک روز بستری در مجهزترین مراکز بیمارستانی
- بدون درد و عوارض ترک اعتیاد
- توسط متخصص بیهوشی و مراقبت‌های ویژه، دارای بوردتخصصی با پیگیری ۶ ماهه

**شماره تماس: ۰۹۱۲۱۳۱۱۴۳۴**

**تماس: ۱۰ صبح الی ۱۰ شب**

---

## قنادی تیفانی

**بابیش از ۴۵ سال سابقه کار**

شبهای شادی با کیک و شیرینی‌های تیفانی

WWW.TIFFANY BAKERY.Com

آدرس: خیابان بهبودی نبش نصرت ۶۰۴۲۹۷۹ ـ ۶۰۳۳۸۱۶ فاکس: ۶۰۳۸۹۳۳

تیفانی در تهران و ایران هیچ شعبه‌ای ندارد

---

## درمان اعتیاد

بی‌خطرترین و کم هزینه ترین ـ سم زدایی فوق سریع UROD در بیمارستان ظرف چهار ساعت و یک شب بستری بدون درد و عوارض همراه با ایجاد تنفر از مواد مخدر و سیگار توسط پزشکان دارای بورد تخصص و گواهینامه ترک اعتیاد از وزارت بهداشت.

۸۵۷۲۲۲۴ - ۴۸۱۲۲۹۲ - ۰۹۱۲۱۱۹۶۳۴۸

---

## خانه موی ایران

- ✓ اولین موسسه ترمیم مو در ایران
- ✓ روش تین اسکن از آمریکا
- ✓ زیر نظر متخصص ترمیم مو از کانادا
- ✓ از یکصد تار مو تا یکصد هزار تار مو
- ✓ بدون عمل جراحی

نشانی: ولیعصر، جنب سینما آفریقا طبقه سوم

تلفن: ۸۹۰۸۴۲۳-۸۸۰۰۲۸۰ ۸۸۹۹۸۲۸-۸۸۹۳۱۲۳

خانه موی ایران شعبه ندارد

# جدول

## اسامی برندگان جدول شماره ۳۱۵۳

۱ـ آقای هاشم محمدخانی (شیراز)
۲ـ آقای حامد مقدسی‌فر (نقده)

**از بین عزیزانی که هر هفته جدول مجله را صحیح حل کرده و به دفتر مجله ارسال نمایند، دو نفر به قید قرعه انتخاب و به هر یک هدیه‌ای به رسم یادبود تقدیم می‌گردد**

زیر نظر: واحد جدول و سرگرمیها

## جدول متقاطع اطلاعات عمومی

| | ۱ | ۲ | ۳ | ۴ | ۵ | ۶ | ۷ | ۸ | ۹ | ۱۰ | ۱۱ | ۱۲ | ۱۳ | ۱۴ | ۱۵ | ۱۶ | ۱۷ |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| ۱ | | | | | | 🟩 | | | | | | | 🟩 | | | | |
| ۲ | | | | | | | 🟩 | | | | | 🟩 | | | | | |
| ۳ | | | | | 🟩 | | | 🟩 | | | | | 🟩 | | | | |
| ۴ | | | | 🟩 | | | | | 🟩 | | | | | 🟩 | | | |
| ۵ | | | 🟩 | | | | | 🟩 | | | 🟩 | | | | 🟩 | | |
| ۶ | | 🟩 | | | | | 🟩 | | | | | 🟩 | | | | 🟩 | |
| ۷ | 🟩 | | | | | 🟩 | | | | | 🟩 | | | | | | 🟩 |
| ۸ | | | | | 🟩 | | | | | 🟩 | | | | | 🟩 | | |
| ۹ | | | | 🟩 | | | | | 🟩 | | | | | 🟩 | | | |
| ۱۰ | | | 🟩 | | | | | 🟩 | | | | | 🟩 | | | | |
| ۱۱ | 🟩 | | | | | | 🟩 | | | | | 🟩 | | | | | 🟩 |
| ۱۲ | | 🟩 | | | | 🟩 | | | | | 🟩 | | | | | 🟩 | |
| ۱۳ | | | 🟩 | | | | 🟩 | | | 🟩 | | | | | 🟩 | | |
| ۱۴ | | | | 🟩 | | | | | 🟩 | | | | | 🟩 | | | |
| ۱۵ | | | | | 🟩 | | | | | 🟩 | | | 🟩 | | | | |
| ۱۶ | | | | | | 🟩 | | | | | 🟩 | | | | | | |
| ۱۷ | | | | | 🟩 | | | | | | | 🟩 | | | | | |

### افقی:

۱ـ دایه‌ای که حضرت محمد(ص) را در بادیه پرورش داد ـ مادر حضرت موسی(ع) ـ اولین شهید مرد در صدر اسلام ۲ـ اثری از ویلیام شکسپیر ـ رودی که به دریای سیاه می‌ریزد ـ تیم محبوب شمالی لیگ برتر ۳ـ منزل بود ولی تخریب شد ـ تصدیق بیگانه ـ هر چیز بی‌جان و بی‌حرکت ـ شوخی ۴ـ نامی دخترانه ـ هدیه زمستان ـ نوعی مار خطرناک ـ سالن پذیرایی ۵ـ مخفف گاه ـ از پادشاهان کیانی و قهرمانان شاهنامه فردوسی ـ غنچه پنبه ـ نوعی بستنی ـ اشاره به دور ۶ـ رودی در آلمان ـ گواه ـ نام کتاب مقدس هندوان ۷ـ کارش کوبیدن فلزات چکش‌خور است ـ نوعی گل ـ همه ما باید به آن پایبند باشیم ۸ـ اگر حرف «ر» به آخرش اضافه کنید شهری در غرب کشور است با شیره انگور معروفش ـ رهنما ـ این نیز از کتابهای درسی است ـ از استانهای جدید مذهبی ۹ـ اهلی ـ محل تفریح در تابستان ـ مفتی مغشوش ـ گزنده خوش خط و خال ۱۰ـ ماه کارگری ـ بالاتر از آن رنگی نیست ـ خداوند ـ کمک ۱۱ـ جمع رحم ـ هزار و صد و یازده ـ میت ۱۲ـ امر به یافتن می‌کند ـ هم‌اینک ـ متانت ۱۳ـ نام آذری ـ جنایت ـ دو یار همقد ـ اگر حرف آخر را کم نداشت به معنی «نگهبان» بود ـ چهارمین نت موسیقی ۱۴ـ نوعی مجازات و نیز به «دستگاه قالی‌بافی» اطلاق می‌شود ـ اولی حرف انتخاب، دومی کاشف میکروب وبا ـ درود ـ سرمایه جاودانی ۱۵ـ زوزه سگ ـ مرگ ـ از حروف لاتین ـ این رو نیست ۱۶ـ اخوی ـ زایمان ـ تردستی قاطی شده ۱۷ـ از چپ به راست نوعی گل و نیز نمونه و نشان معنی می‌دهد ـ در پای فوتبالیست‌ها بجوییدش ـ نامی برای جنس مذکر و مردانه که بیشتر در داستانهای تاریخی آمده.

### عمودی:

۱ـ سالوس ـ مخترع تلگراف ـ اثری از آلکساندر ولتر فرانسوی ۲ـ له و لورده عامیانه ـ از شهرهای نزدیک همدان ـ از شهرهای فارس ۳ـ اثری از گارسیا لورکا اسپانیایی ـ رسم‌کننده ـ زنده ـ اگر برعکس بخوانیدش «رئیس» مدرسه است ۴ـ میوه مقوی گرمسیری ـ نوعی ورزش جمعی ـ سرسفره هفت سین بجویید ـ واحد شمارش چهارپایان ۵ـ تکیه کلام چوپان جهت بردن رمه ـ اسمی عربی ـ به کسانی که به مرض قند دچارند گفته می‌شود ۶ـ کشور عزیز و اسلامی ما ـ از شهرهای افغانستان ـ از شهرهای زلزله‌خیز ایران ۷ـ آلوده به سم ـ ستون ـ همان «کح‌زا» است ۸ـ تعجب خانمانه ـ مجنون ـ اثری از نویسنده ایرانی، مروزی ۹ـ از شهرهای ایران و نزدیک پایتخت ـ یارو آشفته ـ در ستون یازده افقی بجوییدش ـ خواست تیپ شود اما نشد ۱۰ـ اثری از ارنست همینگوی ـ پهلوانان ـ از مصالح ساختمانی ۱۱ـ از شهرهای آذربایجان شرقی ـ دلتای درهم ـ طلبه ۱۲ـ فهم ـ نوعی خورشت خوشمزه ـ جمع وارث یا چیزی که به ارث مانده باشد ۱۳ـ اثری از چخوف ـ مرتبه ـ باران کم ۱۴ـ آموختنی است ـ از کتابهای درسی ـ ابزارآلات ـ داروی بیهوشی ۱۵ـ نمایشگاه آثار باستانی ـ وی ـ عزیز همه ـ محل تولید زنبور ۱۶ـ یازده هزار و صد و یازده ـ نوعی ساز ـ زبان اصلی ایرانی ۱۷ـ دو حرف اول رودی در اروپا و مابقی نوعی شیرینی خانگی که در مراسم بخصوصی صرف می‌شود ـ از اعضای داخلی بدن ـ پدر جهان طبیعی.

**طراح: هادی درخشان سیگاری ـ بندرانزلی**

**جوایز برندگان مستقیما به آدرس آنها ارسال خواهد شد**

## حل جدول ۳۱۵۳

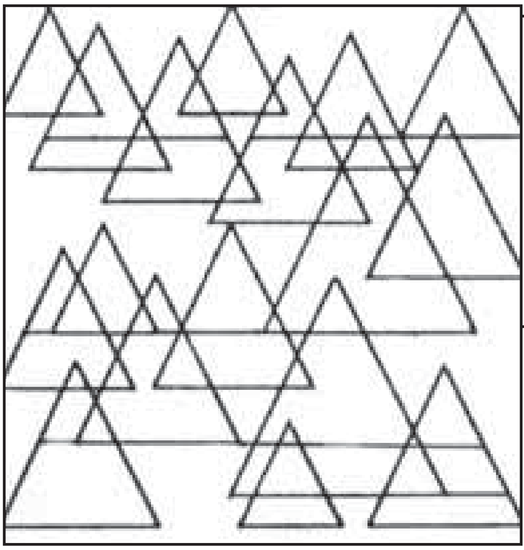
| | ۱ | ۲ | ۳ | ۴ | ۵ | ۶ | ۷ | ۸ | ۹ | ۱۰ | ۱۱ | ۱۲ | ۱۳ | ۱۴ | ۱۵ | ۱۶ | ۱۷ |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| ۱ | ا | ی | ن | گ | م | ا | ر | ب | ر | گ | م | ا | ن | ■ | ا | پ | ن |
| ۲ | س | و | م | ن | ا | ت | ■ | ت | ن | ا | و | ر | ■ | ب | ن | ر | و |
| ۳ | ت | ■ | ر | ا | م | ا | ن | ■ | ا | م | س | ■ | ب | ی | م | ا | ر |
| ۴ | و | م | ■ | ه | و | ب | ر | ه | ■ | ا | ی | م | ا | ن | ■ | ه | ا |
| ۵ | ر | و | ل | ■ | ن | ک | و | ه | ش | ■ | و | ا | ر | ی | ا | ن | س |
| ۶ | ی | ا | و | ر | ■ | ا | ن | ■ | ا | ا | ■ | ر | ا | ■ | ش | د | ت |
| ۷ | ا | س | ا | و | ا | ن | ■ | پ | ی | ر | ا | م | و | ن | ■ | ه | ن |
| ۸ | س | ا | ن | ا | ن | ■ | ب | ا | د | و | ب | ا | ر | ا | ن | ■ | ی |
| ۹ | ■ | ت | د | ن | ■ | ه | و | ر | ■ | م | ه | ر | ■ | ر | م | ا | ■ |
| ۱۰ | د | ■ | ا | د | ا | م | ا | س | م | ی | ت | ■ | د | ک | ا | ر | ت |
| ۱۱ | م | خ | ■ | ا | ز | ا | ر | ن | د | ه | ■ | ن | ا | و | ی | ا | ر |
| ۱۲ | و | ر | د | ■ | ا | ن | ■ | گ | ر | ■ | س | ی | ■ | ک | ا | ر | ی |
| ۱۳ | گ | م | ا | ر | د | ن | ی | ■ | ک | ا | ن | و | ن | ■ | ن | ا | ن |
| ۱۴ | ر | ا | ■ | س | گ | د | س | ت | ■ | ز | ا | ک | ا | ن | ■ | ت | ی |
| ۱۵ | ا | ب | ا | ی | ی | ■ | ر | ا | م | ■ | ن | ا | س | و | ر | ■ | د |
| ۱۶ | ف | ا | س | د | ■ | ک | ا | ز | ا | ن | ■ | م | ا | ن | د | ل | ا |
| ۱۷ | ی | د | ی | ■ | د | ی | و | ی | د | ک | ا | پ | ر | ف | ی | ل | د |

# با هوش خود کلنجار بروید

**سیروس گنجوی**

## چند تا مثلث می بینید؟

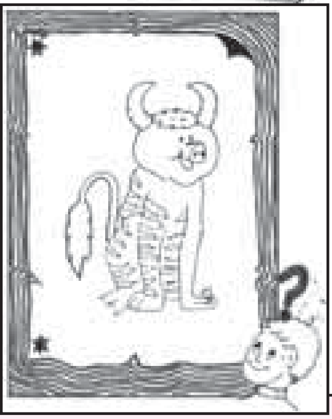
آیا می‌توانید بگویید داخل این کادر مربع، چند مثلث وجود دارد؟ با کمی دقت و حوصله موفق به شمارش آنها خواهید شد. فراموش نکنید که فضای خالی بین مثلث‌ها نیز خود تشکیل مثلث داده‌اند که آنها را نیز باید در محاسبه منظور نمایید. حال با دیدن مثلثها فکر می‌کنید پاسخ به این سوال کار آسانی است لطفاً بفرمایید، این گوی و این میدان!



## جانور دوطرفه!

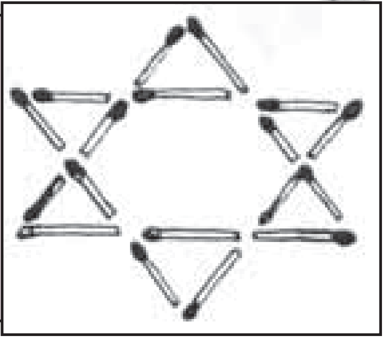
کدام جانور درنده است که نامش از راست به چپ و از چپ به راست، هر دو یک جور خوانده می‌شود؟

پاسخها در صفحه ۵۵



## جانور هفت جوش!

«ژان» کوچولو هر چه فکر کرد دید یک چنین جانور عجیبی را در هیچ کتاب جانورشناسی ندیده است، اما بعداً متوجه شد که نقاش شوخ‌طبعی، این تصویر شگفت‌انگیز را از ترکیب هفت جانور معروف به وجود آورده است! آیا می‌توانید بگویید این جانوران کدام‌ها هستند؟



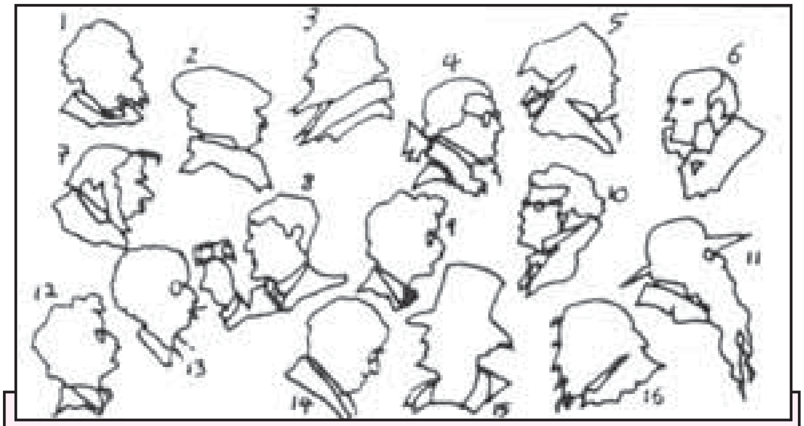
## ۶ مثلث با چوب کبریت!

با کنار هم قرار دادن ۱۸ چوب کبریت، این شکل ستاره به وجود آمده که از ۶ مثلث و یک شش ضلعی تشکیل شده است. آیا می‌توانید بدون آنکه شکل خارجی «ستاره» به هم بخورد، به گونه‌ای چوب کبریت‌ها را جابه‌جا کنید که شش ضلعی وسط از بین برود، اما باز هم این شکل، دارای ۶ مثلث باشد؟ زیاد دشوار نیست، با اندکی دقت و حوصله موفق به انجام آن خواهید شد.

## پنجمی چه کتابی بود؟

پنج دانش‌آموز هرکدام کتابی خرید. یکی از آنها گفت: «کتاب من درباره جغرافیاست. در آن از تمام کشورها و شهرها و کوه‌ها و دریاها نام برده شده است.» دیگری گفت: «کتابی که من خریده‌ام کتاب تاریخ است. نام تمام رهبران و حوادث تاریخی در آن آمده است.» سومی گفت که کتاب او درباره علوم ریاضی است و چهارمی گفت: «کتابی که من خریده‌ام درباره علوم طبیعی است و از موجودات روی زمین، اعم از جاندار و جماد نام برده است.» از پنجمی پرسیدند: «کتاب تو چیست؟» او پاسخ داد: «همین‌قدر می‌دانم که نام کتابهای شما را ندارد، اما همه مطالبی که گفتید در آن وجود دارد!»

آیا می‌توانید بگویید او چه کتابی خریده بود؟

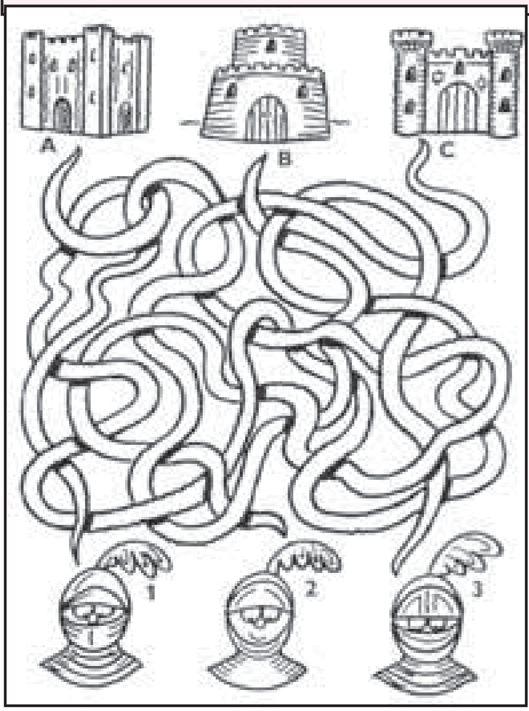


## برادران دوقلو!

روزی ۱۶ نفر از دانشمندان و افراد سرشناس علمی و هنری دور هم جمع شدند و این فرصت خوبی برای یک نقاش بود تا طرحی از چهره آنان تهیه کند. وقتی کارش به پایان رسید، ابتدا تصور کرد که چهره یک شخصیت را دو بار کشیده است، اما بعداً متوجه شد که آن دو نفر با هم دوقلو هستند. آیا می‌توانید تصویر این دو برادر دوقلو را در میان این ۱۶ نفر پیدا کنید؟

## شوالیه‌های شوخ طبع!

هر کدام از این شوالیه‌ها در یکی از این سه قصر اقامت دارند. اما آنها تصمیم گرفته‌اند دست به یک شوخی آزمایشی بزنند و خود را عقب‌عقب به قصر برسانند! آیا شما هم مایلید در این بازی شرکت کنید و آنها را به قصرشان راهنمایی کنید؟ بگویید کدام قصر، مربوط به کدام شوالیه است؟



زیر نظر: جعفر گودرزی

Email:Maha _ Parsa @ yahoo.com

### گفتگویی صمیمی با شهره سلطانی

# دوباره خواهم رفت!

مریم دُرستانی

عکس: محمود فوقانی

**شهره سلطانی از آن دسته بازیگرانی است که به بازی در هر کاری تن نمی‌دهد و تاکنون ۲۲ نمایش حرفه‌ای روی صحنه داشته، اما گله‌مند است که چرا به تئاتر و بازیگران آن در عرصه سینما و بعضاً تلویزیون کمتر ارزش داده می‌شود.**

**او دو جایزه نقش اول زن را در سالهای ۷۵ و ۷۶ در جشنواره تئاتر فجر از آن خود کرده است.**

**و همه اینها به اضافه بازی در سریال «هنگامه» که قرار است به‌تازگی به کارگردانی «مجید جوانمرد» پخش شود، بهانه‌ای برای گفتگوی ما با او شد، تا در یک روز گرم و دلنشین مهمان او باشیم.**

◀ **اهل کجایید؟**

○ بجنورد.

◀ **زیاد شیطون هستید، حتماً فرزند آخر خانواده‌اید؟**

○ بله فرزند ششم از خانواده شش نفری که سه برادر و دو خواهر دارم. یک خواهرم سال گذشته فوت کرد، پدرم در قیدحیات نیست، و من با مادرم زندگی می‌کنم.

◀ **حتماً چون بچه آخر خانواده بودی، زیاد دوستتون داشتن؟**

○ آره، دوران کودکی خوبی داشتم. خواهر و برادرهای بزرگترم خیلی کادو برای من می‌گرفتند و هوای من را داشتند.

◀ **با کلی خاطرات خوب؟!**

○ بله، ولی الان چی...

◀ **بگذریم، دو سال سکوت در عرصه بازیگری با پخش مجدد سریال (صدایم کن) تداعی‌کننده چه چیزی برای شماست؟ یک خاطره خوب یا بد؟!**

○ صدایم کن به کارگردانی «مسعود نوابی» است که بعد از برگشت من به ایران انجام شد، و به‌تازگی که آن را دیدم، دوستش ندارم. فکر می‌کنم باید طور دیگری صحبت می‌کردم، ضمن اینکه می‌گویند تو وجهه کودکانه داری، ولی سعی کردم برای این کار آن وجهه را کنار بگذارم تا به آن پختگی نقش برسم.

◀ **چرا سکوت؟!**

○ چون در عرصه بازیگری چیزهایی دیدم که تحمل دیدن آنها برایم مشکل بود، به همین خاطر از سال ۷۷ تا ۷۹ را به سوئیس رفتم.

◀ **آنجا هم به فعالیت هنری خود ادامه دادید؟**

○ بله، نمایش شعبده و طلسم را روی صحنه بردم، اما متاءسفانه به دلیل دوری از وطن و خانواده نتوانستم تحمل کنم. چون معتقدم هنرمند مانند گیاهی است که ریشه‌اش داخل سرزمین خودش رشد می‌کند. خیلی از ایرانیها نمایش من را دیدند، اما درد آنان، درد من نبود.

◀ **بعد از برگشت، چه کلکسیونی از بازیگری و هنر و سینما، جلو چشمانتان به نمایش گذاشته شد؟**

○ باور نمی‌کنید، کسانی را دیدم که بدون هیچ پشتوانه‌ای، حتی تئاتر وارد این کار شده بودند، همیشه احساس می‌کردم که در نبودم خلایی ایجاد خواهد شد، اما دیدم نه، خیلی‌ها آمدند که از من هم جلو زدند. به نظر خود من نه، ولی از نظر خودشان این‌طور فکر می‌کنند.

◀ **اگر چهره و جوانی ملاک است شما هم بروید بازیگر شوید!!**

◀ **در عرصه بازیگری چیزهایی دیدم که تحمل دیدن آنها برایم مشکل بود، به همین خاطر از سال ۷۷ تا ۷۹ را به سوئیس رفتم**

◀ **یعنی خیلی شناخته شده هستند؟!**

○ آره، اما من هیچ‌وقت شناخته شدگی را این‌طور نمی‌بینم.

◀ **بعد چه اتفاقی افتاد؟**

○ یکسری چارچوبها و معیارهایی که داشتم شکست و فکر کردم زمانی می‌توانم پایبند به درست کار کردن باشم که بدانم همه چیز بر پایه درست و اصولی پیش می‌رود، نه با چنین ملغمه و آشفته بازار، پس من هم باید از پس خودم بربیایم. آن زمان بود که فکر کردم می‌شود کار بد هم کرد.

◀ **یعنی شروع این دیدگاه شما نسبت به این آشفته بازار بود؟**

○ به هرحال با نگاه اول ناآشنا شدم و یک مقدار منطقی‌تر. و این بر من روشن شد که تو می‌توانی کار کنی، ضمن اینکه آن کار را هم قبول نداشته باشی، اما بازی کنی تا عقب نمانی.

◀ **به چه دلیل؟**

○ به دلیل اینکه ما بازیگریم و اگر بازی نکنیم، کنار گذاشته می‌شویم.

◀ **و شاید تجربه آن دو سال زنده می‌شد؟**

○ بله، آن دو سال واقعاً فراموش شدم و بعد از برگشت تلاش کردم، دوباره در ذهنها زنده شوم.

◀ **بعد از برگشت معیارهایت دستخوش چه تغییراتی شده بود؟**

○ هیچی، گفتم اگر مسابقه است، من هم عقب ننشینم، و اگر توپ به پایم خورد، من هم شوت کنم.

◀ **ولی خیلی از بازیگرهای پیشکسوت ما چنین کاری نکردند؟**

○ مثلاً؟

◀ **خوب خیلی‌ها...**

○ باور کنید، آنها هم یک جایی پیمان خود را شکستند. خیلی‌ها رفتند و مجری شدند، اما من حداقل این کار را نکردم. و زمانی که پیشنهاد اجرا به من داده شد، گفتم زمانی می‌آیم مجری بشوم که بازیگری را کنار بگذارم. بعد دیدم همان آدمها هم در تلویزیون، و هم در سینما هم کار کردند، اما من یکسال تمام کار نکردم.

◀ **به همان دلیل که...**

○ اتفاقاً به آن دلیل نه، اما من هرچند وقت یکبار کله‌شقی می‌کنم. دو سال پیش ۳ کار من زمان پخش یکسانی داشت، و دوستان کم‌لطفی کردند و می‌گفتند: «شهره فقط مانده شبکه خبر، خبر بدهی، هر کانال که می‌زنیم تو هستی.» بعد از آن خواستم بگویم به اختیار خودم است، و سال گذشته اصلاً بازی نکردم.

◀ **در این سال چند تا پیشنهاد داشتید؟**

○ به جراءت می‌توانم بگویم حدود شش کار سریال، حدود چهار کار ۹۰ دقیقه‌ای، و دو فیلم سینمایی که اگر خوب بود حتماً کار می‌کردم، ولی تلویزیون نه، مقاومت کردم و با بی‌پولی آن ساختم.

◀ **تا اینکه سریال (هنگامه) و فیلم (تارا و تب توت فرنگی) را بازی کردید؛ راجع به سریال هنگامه و شخصیت آن بگویید.**

○ خیلی اتفاقی شد. برای یک بخش با من تماس گرفتند و فیلمنامه را فرستادند، ولی من خواندم و پس دادم، بعد دوباره یک اپیزود دیگر بعد از ۱۰ روز فرستادند، دوباره آن را پس فرستادم تا اینکه چند روز بعد تماس گرفتند و گفتند: می‌خواهیم در نقش هنگامه بازی کنید.

◀ **با توجه به اینکه در فیلم‌ها و سریالها همیشه نقشهای جانبی و کوتاه هرچند تاءثیرگذار را**

**داشته‌اید، بالاخره در این سریال نقش اول را امتحان کردید؟**

○ البته در همه نقشهایی که داشتم، فکر نکردم نقش اول نیستم، همیشه خودم را منحصر به فرد دیدم. ضمن اینکه در کارهای شلوغ مثل (جوانی) و (رستوران خانوادگی) و... هیچ کس نقش اول نیست.

◀ **هنگامه چه جور آدمی است؟**

○ یک پژوهشگر است که در صدا و سیما درباره مساءله طلاق فعالیت می‌کند. چون خودش نیز با این قضیه دست به گریبان است، در هر قسمت نیز به موضوعات مختلف در این زمینه می‌پردازد و شخصیت‌ها و آدمهای مختلفی وارد داستان می‌شوند که او تلاش می‌کند مشکلات آنان را حل کند.

◀ **این کار اولین تجربه (مجید جوانمرد) کارگردان سینماست، ویژگی خاصی را می‌توان برای آن برشمرد؟**

○ سعی شده در این کار دکوپاژ یک دکوپاژ سینمای باشد، و شاهد بودم پلانهایی که گرفته می‌شد از حد مدیوم تلویزیون بالاتر بود، ضمن اینکه از آقای جوانمرد تشکر می‌کنم که به من اعتماد کردند.

◀ **حالا اگر پیشنهاد بازی در تئاتر یا سینما را داشته باشید، کدامیک را انتخاب می‌کنید؟**

○ هرکدام بهتر باشد.

◀ **یعنی چه؟**

○ با چارچوبها و معیارهای من همخوانی داشته باشد، متن خوب و کارگردانی حرفه‌ای، با گروه صمیمی.

◀ **گذشته از این حرفها، در عالم بازیگری بعد از ۱۶ سال به دنبال چه هستید؟**

○ مگر می‌گذارند به جایی برسیم، می‌دویم ببینیم به کجا می‌رسیم (با خنده).

◀ **حتماً اگر بازی نکنی، موسیقی در اولویت قرار دارد؟**

○ اولاً اصلاً فکر نمی‌کنم که بازی نکنم، اما آنقدر از این حرفه دلم شکسته که گاه فکر می‌کنم بروم جایی دیگر، حداقل این همه بی‌عدالتی را نبینم، درحالی که موسیقی را می‌توانی تنهایی کار کنی، ولی در بازیگری باید حتماً یک بیننده داشته باشی.

◀ **مثل اینکه دل پری دارید؟**

○ نمی‌دانم، اگر در خیابان به شما بگویند که می‌دانیم بازیگر شدن فقط به خاطر چهره خوب و پول است، شما چه می‌گویید. من گفتم نمی‌دانم، اگر فکر می‌کنید در عرصه هنر چهره و جوانی ملاک است، شما هم بروید بازیگر شوید. اینها درد است، درد حرفه ماست.

◀ **اما اگر احساس کنید که در تئاتر نیز چنین چیزهایی معیار قرار گرفته، چه می‌کنید؟**

○ آنوقت دیگر واقعاً می‌روم!

◀ **و چه می‌کنی؟**

○ ورزش می‌کنم، ساز می‌زنم، زبان ایتالیایی را ادامه می‌دهم، و یک چیزهایی می‌نویسم.

◀ **رشته تحصیلی‌ات موسیقی است، چرا بازیگری؟**

○ خوب فکر کردم این رشته‌ام باشد و آن حرفه‌ام، عیبی دارد؟

◀ **نه، عیبی ندارد، آخه...**

○ آخه چی...

◀ **هیچی، پس حرف آخر؟!**

○ از شما و دوستداران عرصه هنر تشکر می‌کنم.

■

---

**طی یک نشست مطبوعاتی اهداف و برنامه‌های نخستین جشنواره فیلم پلیس تشریح شد**

## جشنواره‌ای که

## در سال ۸۴ بین‌المللی می‌شود

طی یک نشست مطبوعاتی اهداف و برنامه‌های نخستین جشنواره فیلم پلیس مطرح شد.

این جلسه با حضور حبیب‌الله کاسه‌ساز دبیر جشنواره، سیدهادی منبتی رئیس مرکز سینمایی ناجا و محمد خزاعی معاونت ارتباطات جشنواره در معاونت اجتماعی ناجا برگزار شد.

کاسه‌ساز در ابتدا اهداف برگزاری این جشنواره را تاءثیرگذاری بر مضامین و محتوای فیلم‌های پلیسی با رویکرد اجتماعی، ایجاد و رغبت و انگیزه سرمایه‌گذاری تهیه‌کنندگان و سازمانها برای تولید فیلم‌های پلیسی، تقویت فیلم‌های پلیسی و اجتماعی در جهت آگاهی مردم و ناجا و تعامل ثمربخش هنرمندان و نیروی انتظامی را بیان کرد.

کاسه‌ساز افزود: این جشنواره از ۹ تا ۳ آذرماه همزمان با تهران در پنج مرکز استان خراسان، خوزستان، گیلان، تبریز و منطقه آزاد کیش برگزار می‌شود.

وی اضافه کرد: همچنین در این جشنواره بررسی و مرور فیلمسازی دریک دهه (۷۳ تا ۸۳) را خواهیم داشت.

کاسه‌ساز با برشمردن بخشهای مختلف جشنواره عنوان کرد: جشنواره اول شامل بخشهای متعددی از جمله: فیلم‌های سینمایی، آثار تلویزیونی و مجموعه‌ها، سینمایی - ویدیویی، نماهنگ، پویانمایی، آثار ۳۰ تا ۹۰ دقیقه‌ای، آثار مستند، بخش فیلم‌های کوتاه زیر ۳۰ دقیقه، مواد و اقلام تبلیغی، بخش فیلم‌های ۱۱۰ ثانیه‌ای با موضوع فرهنگ ترافیک و شبکه برتر صدا و سیما است.

تا به‌حال پوران درخشنده، انسیه شاه‌حسینی، علیرضا امینی، رسول ملاقلی‌پور، کمال تبریزی و... برای تولید این‌گونه فیلم‌ها اعلام آمادگی کرده‌اند.

گفتنی است، در این بخش جوایز ارزنده‌ای به ترتیب زیر تقدیم فیلمسازان می‌شود:

**فیلم اول تندیس جشنواره و دو میلیون تومان وجه نقد.**

**فیلم دوم دیپلم افتخار و یک میلیون و هفتصد و پنجاه هزار تومان وجه نقد.**

**فیلم سوم یک میلیون و پانصد هزار تومان وجه نقد.**

**فیلم چهارم یک میلیون و دویست و پنجاه هزار تومان وجه نقد.**

**فیلم پنجم یک میلیون تومان وجه نقد.**

جشنواره فیلم پلیس

تا به‌حال ۳۵۰ طرح فیلمنامه برای حضور در بخش فیلم‌های ۱۱۰ ثانیه‌ای ارائه شده است.

گفتنی است، امسال با قرار دادن یک بخش ویژه به نام چشم‌انداز سینمای پلیسی فرانسه در یک دهه و حضور ۱۸ اثر از این کشور در جشنواره، تجربه بین‌المللی شدن جشنواره را پشت سر خواهیم گذاشت.

در ادامه منبتی رئیس مرکز سینمایی ناجا از حمایت این مرکز برای تولید فیلم‌هایی با محور قرار دادن پلیس خبر داد و گفت: در طول سه سالی که مرکز سینمایی ناجا راه‌اندازی شده، ده هزار دقیقه برنامه تلویزیونی و یک فیلم سینمایی تولید کرده‌ایم.

---

## اخبار کوتاه

✓فیلم «لاک‌پشت‌ها هم پرواز می‌کنند» ساخته بهمن قبادی، جایزه برتر جشنواره بین‌المللی فیلم سن‌سباستین را از آن خود کرد.

این فیلم داستان جنگ عراق را روایت می‌کند.

✓جشنواره فیلم وارش از ۱۹ تا ۲۳ مهرماه برگزار می‌شود.

✓جکی‌چان بازیگر فیلم‌های رزمی اعلام کرده است از نقشهای تکراری خود خسته شده‌ام.

✓رئیس مرکز سینمایی نیروی انتظامی (ناجی‌هنر) گفت: عملیات احداث شهرک سینمایی پلیس امسال آغاز می‌شود.

✓فیلم «لاک‌پشت‌ها پرواز می‌کنند» به کارگردانی بهمن قبادی به مراسم اسکار معرفی و نماینده ایران در مراسم اسکار شد.

✓جشنواره تئاتر دفاع مقدس از سال آینده به صورت بین‌المللی برگزار می‌شود.

✓سینماهای استان گیلان، کرمان و ایلام از این پس روزهای شنبه هر هفته طرح عرضه بلیت نیم‌بها را اجرا می‌کنند.

✓فیلمبرداری فیلم سرتو بدزد رفیق همچنان در تهران ادامه دارد.

✓سینما ساحل اهواز که در سال ۷۶ به دلیل خسارات ناشی از جنگ تحمیلی به‌طور کامل تخریب شد، پس از گذشت هفت سال با نمایش فیلم برگ برنده رسماً فعالیت خود را آغاز کرد.

✓رامبد جوان مجوز ساخت فیلم سینمایی اسپاگتی در هشت دقیقه را دریافت کرد.

# گشتی در دنیای خبرها

## پروژه مجردها

محمدرضا فروتن پس از بازی یکی ـ دو هفته‌ای خود در فیلم باغهای کندلوس، بلافاصله به پروژه «مجردها» ملحق می‌شود و بازی خود را آنجا شروع می‌کند.

باغهای کندلوس را ایرج کریمی هفته آخر شهریور در تهران کلید زد.

فروتن در اولین روز فیلمبرداری در باغهای کندلوس با خزر معصومی همبازی بود.

فروتن در مجردها با آتیلا پسیانی، مریلا زارعی و مجید صالحی همبازی است.

مجردها هم در تهران کلید خورده است.

## نابینایی اسفندیار

فریبا کوثری درحال حاضر مشغول بازی در کار جدید سپیده فارسی با عنوان «نگاه» است.

قصه این فیلم درباره شخصی به نام اسفندیار است که پس از ۲۰ سال در آستانه نابینایی به ایران می‌آید و...

حمیدرضا دانشور، بهناز جعفری، سعدی افشار، محمد حاتمی و... دیگر بازیگران این فیلم هستند.

## اینترنت در روستا

«چای‌نت» کار جدید حسین قناعت اوایل مهرماه به پایان فیلمبرداری می‌رسد.

چای نت قصه روستایی است که با ورود کامپیوتر و اینترنت دچار تغییر و تحول می‌شود. معلم روستا به وسیله اینترنت دختر بچه ۱۱ ساله‌ای را که گم شده بود به خانواده‌اش بازمی‌گرداند.

بهاره رهنما، مریم بوبانی، رابعه اسکویی و... بازیگران این فیلم هستند.

## کویر مرگ در جشنواره ریندانس

فیلم سینمایی کویر مرگ ساخته اسماعیل براری در ادامه حضور بین‌المللی خود به بخش مسابقه دوازدهمین جشنواره بین‌المللی ریندانس که از ۱۰ لغایت ۳۰ مهرماه در لندن برگزار می‌شود، راه یافت.

به نقل از روزنامه گاردین، فستیوال ریندانس لندن که سومین حضور بین‌المللی فیلم سینمایی کویر مرگ در فصل گذشته محسوب می‌شود، بزرگترین و مهمترین فستیوال فیلمسازان مستقل بریتانیا است.

گفتنی است فیلم کویر مرگ درحال حاضر در فستیوال سینما پارادیز در هاوایی آمریکا به نمایش درمی‌آید و بازیگری لیلا بوشهری در فیلم مورد توجه واقع شده و از آن به عنوان حضوری بزرگ یاد شده است.

سایر عوامل این فیلم عبارتند از: تهیه‌کننده: اسماعیل براری، نویسنده فیلمنامه: داوود حسین، مدیر فیلمبرداری: رضا رضی، صداگذاری: احمد صالحی، موسیقی: کیوان جهانشاهی، تدوین: ابراهیم کیهانی.

بازیگران: لیلا بوشهری، ابوالفضل قربانی، آسیه کلانی.

## یك خبرنگار زن

انسیه شاه‌حسینی فیلمنامه‌نویس و کارگردان سینمای ایران براساس بخشی از خاطرات دوران جنگش، فیلمی با عنوان «شب به خیر فرمانده» را جلوی دوربین می‌برد.

شاه‌حسینی این فیلم را با همکاری حوزه هنری و انجمن سینمای دفاع مقدس می‌سازد.

قصه این فیلم در ۸ آذر ۱۳۶۰ و در یک شب بارانی عملیات بستان اتفاق می‌افتد.

شخصیت اصلی این فیلم یک خبرنگار زن است.

### فیلم‌ها به روایت گیشه

| | | |
|---|---|---|
| شمعی در باد | ۴۰ روز | ۳۲۶ میلیون تومان |
| اشک سرما | ۲۰ روز | ۳۱۱ میلیون تومان |
| سیزده گربه روی شیروانی | ۱۵ روز | ۹۵ میلیون تومان |
| مزرعه پدری | ۱۵ روز | ۱۶ میلیون تومان |
| دوشیزه | ۲۰ روز | ۲۱ میلیون تومان |
| گاو خونی | ۲۰ روز | ۱۳ میلیون تومان |
| قلب های ناآرام | ۲۵ روز | ۳ میلیون تومان |

---

## گزارشی از پشت صحنه

### نمایندگان قشر متوسط جامعه در

# یک آپارتمان چهارطبقه

مریم دُرستانی
عکاس: مسعود پاکدل

**سریال «شبی از شبها» اولین تجربه کارگردانی سینمایی است به نام «رضا کریمی» که با مضمونی اجتماعی و خانوادگی سعی دارد به مسائل روز جامعه بپردازد و ماجراهای آن در هر قسمت به اجتماع کوچکی در یک آپارتمان چهارطبقه ختم می‌شود.**

**این آپارتمان در منطقه غرب تهران (شهران) قرار دارد. ساختمان سبز قهوه‌ای رنگی که گروه «شبی از شبها» در آنجا مستقر شده‌اند. نبش کوچک تابلو است و به‌راحتی می‌توان آن را پیدا کرد. در حیاط نیمه‌باز است، دیوارهایی سبز و قهوه‌ای رنگ با دو باغچه بزرگ داخل آن و پله‌هایی که شما را به سمت داخل راهنمایی می‌کند. یکی از عوامل در بالکن طبقه سوم آفتاب می‌گیرد. از او سراغ گروه فیلمبرداری را می‌گیرم، اما از بالای پله‌ها با گذاشتن انگشت سبابه بر روی بینی‌اش گوشزد می‌کند که باید ساکت بود و آرام آرام قدم برداشت!**

**قرار است این آپارتمان را چهار خانواده به مدت چهار ماه که هماهنگ با زمان فیلمبرداری گروه است، اجاره کنند.**

### سرك به آپارتمان

اینجا خانه رضا ساجدی یکی از اهالی آپارتمان است که نقش آن را «حمیدرضا پگاه» بازی می‌کند. او قبل از این سریال «با من بمان» را روی آنتن داشت، اما آنجا در نقش یک جوان بود و با تلاش و البته عاشق، اما اینجا... این‌طور که چهره گریم شده‌اش نشان می‌دهد، کمی جاافتاده‌تر شده و نقش پدری را ایفا می‌کند که دختری کوچک به نام (نازنین) دارد و با همسرش که نقش او را (فلورا سام) بازی می‌کند، در طبقه سوم آپارتمان زندگی می‌کنند.

اتاق نازنین در انتهای راهرو سمت راست اتاق مربع شکلی است پر از عروسکهای جورواجور. مرتضی دهنوی (صدابردار) دستگاه صدابرداری خود را در راهرویی کوچک که به اتاق نازنین ختم می‌شود، قرار داده است. کارگردان به همراه «مهین شهبازی» منشی صحنه در اتاق کناری روبروی مانیتور قرار گرفته‌اند و از آنجا تصویربرداری را هدایت می‌کنند، «فلورا سام» که یکی از نویسندگان

# سریال «شبی از شبها»

این مجموعه ۲۹ قسمتی است، در راهرو ایستاده تا بعد از همسرش داخل اتاق نازنین شود و او را که قهر کرده است، به صرف ناهار دعوت کنند.

(حمیدرضا پگاه) قبل از داخل شدن به اتاق، ناخنکی کوچک به کاسه سالادی که روی صندلی قرار دارد، می‌زند و همراه با جویدن آن جلوی دوربین ظاهر می‌شود. با صدای کارگردان که اعلام حرکت و دوربین می‌کند، پگاه ضمن رفتن به اتاق نازنین می‌گوید:

ـ نازنین، نازنین دخترم! من امروز اومدم خونه، تو رفتی تو اتاق!

همزمان با گفتن آخرین کلمه، چندین بار صداهایی از جمله گاز دادن موتوری‌ای درحال گذر یا صدای بلندگوی وانتی که در گرماگرم تابستان هندوانه‌های خود را حراج کرده است، فیلمبرداری را قطع می‌کند!

باز «پگاه» ادامه می‌دهد:

ـ قهر کردی! پاشو بریم ناهار بخوریم...

این سکانس (۲۳) به دلیل پارازیت‌هایی که در گوشی صدابردار شنیده می‌شود، چندین بار برداشت می‌شود، تا مورد رضایت گروه قرار بگیرد. با صدابردار درباره حساسیت صدا صحبت می‌کنم، می‌گوید: نه اتفاقاً من زیاد حساسیت ندارم، اما یک جاهایی مثل حالا دیگر کاری نمی‌توان کرد. تا سکوت دوباره برقرار نشده از او درباره ویژگی صدابرداری این کار می‌پرسم، او می‌گوید: صدابرداری این کار زیاد سخت نیست، اما زمانی که در راه‌پله‌ها فیلمبرداری داریم، صدابرداری مشکل‌تر است، چون خانه مسکونی نیست، و تازه ساخته شده است و صدا در آن می‌پیچد.

کنجکاو شدم و نگاهی به سقف انداختم، تمام دریچه‌های کولر و سقف را با موکتهای رنگی، سبز، قهوه‌ای و طوسی پوشانده‌اند تا اکوی صدا را بگیرد.

در فاصله‌ای که برداشت با موفقیت به پایان می‌رسد، جنب و جوشی در گروه نمایان می‌شود، حالا (بهرامیان) کارگردان سریال «مشق عشق» نیز آمده است تا با عوامل، خوش و بشی کند.

### صدق‌گویا: قرار است با علی قربان‌زاده ازدواج کنم

در این زمان اندک «نگین صدق‌گویا» یکی دیگر از بازیگران این سریال هم می‌آید، «خانم بهاری» برای تغییر چهره او به «شیرین داستان» دو جوراب کرم رنگ را با فاصله به‌گونه‌هایش چسبانده است که موقع فیلمبرداری آن را پشت سرش ببندد تا باعث کشیدگی صورتش نشود.

او می‌گوید: نقش شیرین دختر سعید پورصمیمی را دارم که قرار است با نقش مقابل خودم که علی قربان‌زاده است ازدواج کنم.

از او می‌پرسم: در آخر این امر خیر صورت می‌گیرد؟

او می‌خندد و می‌گوید: بله.

صحبت‌ها به اینجا که می‌رسد، آقای دهنوی (صدابردار) یک لحظه گوشی را از روی گوشش برمی‌دارد و با شوخی می‌گوید: عامل اصلی سروصداها آمد!

هنوز گله صدابردار تمام نشده است که (لبافی) دستیار کارگردان نیز از او گله می‌کند یک ربع تاءخیر داشته است.

«صدق گویا» خنده اعتراض‌آمیزی می‌کند و می‌گوید: من یک ربع درحال گریم بودم و...

### ترلان از نازنین می‌گوید

به سراغ «ترلان» می‌روم. «ترلان پروانه» دختر کوچولویی که با موهای بافته شده‌اش در بیشتر کلیپ‌های تلویزیونی ظاهر شده و حالا نقش نازنین را دارد.

به او می‌گویم: دوست داری همه‌اش بازی کنی؟

او با تکان سر حرفم را تاءیید می‌کند. دوربینی را برداشته و با آن از همه عکس می‌گیرد، از او می‌پرسم: دوست داری چه نقشی را بازی کنی؟ انگار که حوصله‌اش از حرفهای من سر رفته باشد، دوربین را روی میز می‌گذارد و در راهرو آپارتمان شروع به دوچرخه‌سواری می‌کند و شعر می‌خواند.

**یکی دیگر از بازیگران این سریال برای تغییر چهره دو جوراب کرم رنگ را با فاصله به گونه‌هایش چسبانده است که موقع فیلمبرداری آن را پشت سرش ببندد تا باعث کشیدگی صورتش نشود**

در این میان یکی از عوامل با صدای اعتراض‌آمیزی می‌گوید: «بابا به خدا این طرف داریم یک پلان می‌گیریم...»

دوباره سکوت همه جا را فرا می‌گیرد.

### نباید به تلویزیون می‌آمدم؟!

کارگردان بعد از گرفتن آن پلان، با اولین سؤال من که چرا از تلویزیون به سینما آمدید مواجه می‌شود؟

با تعجب می‌گوید: نباید می‌آمدم... و (می‌خندد) و ادامه می‌دهد:

اتفاقی است که ممکن است برای هر فیلمسازی که در سینما کار می‌کند، بیفتد! من وقتی کار سینمایی می‌کردم، پیشنهاد کار برای تلویزیون زیاد داشتم و منتظر شرایط مناسب بودم. و حالا این تجربه پیش آمده که باید انجامش بدهم.

او درباره فیلمنامه این مجموعه می‌گوید: فیلمنامه این کار تصویب شده و آماده بود، من فقط بازنویسی نهایی آن را انجام دادم، ضمن اینکه باید نکاتی در آن رعایت می‌شد، که بعد از صحبت با تهیه‌کننده به مرحله تولید رسید.

در مرحله تولید و بازنویسی نهایی چه تغییراتی ایجاد شد؟

ـ آن نکته‌ای که می‌خواستم در این سریال اتفاق بیفتد، همان اصول و قاعده داستان‌پردازی و قصه‌نویسی است، تا جذابیت‌های خاص خودش را داشته باشد.

فکر می‌کنید لوکیشن واحد و پرسوناژهای ثابت باعث جذابیت این سریال خواهد بود؟

ـ او می‌گوید: هرچند مشکل است اما رعایت اصولی که به آن اشاره کردم، می‌شود جذابیت ایجاد کرد، نه مثل ریتم به‌اصطلاح رایج و تند سینما و نه به مانند ریتم کندی که در تلویزیون جا افتاده، چیزی متناسب با شرایط، ضمن اینکه هر کاری ریتم مخصوص خودش را دارد.

کارگردان (شبی از شبها) در مورد پرداختن به مسائل خانوادگی و اجتماع در هر اپیزود اشاره می‌کند و می‌گوید: هر اپیزود یک داستان دارد و هر بار یک شخصیت در یک خانواده محور قرار می‌گیرد. با این محیط سعی کردیم، فضای واقعی بسازیم با آدمهای واقعی که با مسائل روزمره دست به گریبان هستند.

کریمی همچنین درباره شخصیت‌پردازی می‌گوید: هرکدام از آدمها نماینده قشر خاصی هستند و درحالی که همگون‌اند، اما خیلی متفاوت نیستند، چون همه متعلق به قشر متوسط جامعه‌اند و از لحاظ فرهنگی به هم نزدیک.

کارگردان شبی از شبها که انتخاب بازیگرها را براساس سابقه درخشان آنان در سینما گردآوری کرده است، معتقد است: با این مشخصات ، تفاوتهایی را قائل شدیم تا با آدمهای متفاوتی روبرو شویم.

دستیار کارگردان در میان گفتگو، چند بار سراغ کارگردان را گرفت و او را صدا زد تا برای پلان بعدی آماده شوند.

مکان تصویربرداری سکانس بعدی، آشپزخانه است و تا عوامل شروع به چسباندن زرورقها بر روی پروژکتورها می‌کنند، ناصر ملکی (مدیر تولید) لیست عوامل را این‌گونه دراختیار ما قرار می‌دهد:

بازیگران: سعید پورصمیمی، گوهر خیراندیش، فردوس کاویانی، سعید امیرسلیمانی، محمود جعفری، سپند امیرسلیمانی، نسترن سالار و...

دیگر عوامل این مجموعه؛ نویسندگان: حسین پاکدل، فلورا سام ـ مدیر تصویربرداری: ناصر محمود کلایه ـ طراح صحنه و لباس: محسن شاه‌ابراهیمی ـ طراح گریم: عبدالله اسکندری ـ اجرا: مهرداد شکرآبی و سالومه بهاری جوان و عکاس: مسعود پاکدل.

■

داستانهای
انتخابی
آلفرد
هیچکاک

# تلاش بی ثمر

«هوبرت زمل» به خوبی می‌دانست که همسرش دچار سرگیجه است. خصوصاً وقتی از بالا به پایین نگاه می‌کند. و این حقیقت پایه اصلی نقشه «هوبر» برای از بین بردن همسرش بود!

تلویزیون یک سریال قدیمی به نام «سقوط به حیاط» را پخش می‌کرد، «هوبرت» مایل بود برنامه ورزشی تماشا کند، ولی «کلارا» مانع شد، زیرا او مثل همیشه می‌خواست از اول تا آخر سریال را ببیند.

«هوبرت» ناچار سکوت کرد و پای تلویزیون نشست تا آن سریال قدیمی را ببیند.

در این فیلم صحنه‌ای بود که نشان می‌داد چگونه یک دهقان برای کشتن شریک خود پله آخر نردبانی که او هر روز از آن بالا می‌رفت، را اره کرد و بعد با چسب چسباند و روز بعد هنگامی که شریک او از آن بالا رفت و به پله آخر رسید، از بالای نردبان افتاد و مرد!

«هوبرت» از این نقشه لذت برد، اما با خود گفت: نه این کار عملی نیست، زیرا پلیس با دیدن نردبان به اره شدن پله پی می‌برد و متوجه می‌شود که کسی قصد قتل داشته است.

«هوبرت» دیگر به ادامه فیلم توجه نکرد، اگرچه نگاهش به تلویزیون بود، اما دنبال راهی بود که بدون جلب توجه پلیس همسرش را از بین ببرد.

«هوبرت زمل» و همسرش در یک خانه قدیمی سکونت داشتند. آپارتمان آنها سه اتاق داشت که ارتفاع سقف آن زیاد بود و حدود چهار متر می‌شد.

«هوبرت» می‌دانست هر کس از این ارتفاع بیفتد می‌میرد، خصوصاً آنکه کف زمین سنگی بود و با قطعات سنگ‌فرش شده بود.

«هوبرت» باز فکر کرد و به یاد آورد که کف آشپزخانه و حمام هم سنگ فرش است و اگر کسی از روی نردبان بیفتد، مرگش قطعی است، اما او باید نقشه‌ای طرح می‌کرد که «کلارا» از نردبان بالا برود.

«هوبرت» سخت به فکر فرو رفته بود و بالاخره پس از فکر زیاد، آشپزخانه را برای اجرای نقشه خود مناسب دید. آشپزخانه این حسن را داشت که فقط یک چراغ داشت و آن چراغ هم داخل یک حباب قدیمی بود که درست به سقف چسبیده بود و یک لامپ کم‌نور صد واتی در آن روشن می‌شد که به زحمت همه آشپزخانه را روشن می‌کرد. اگر این لامپ خاموش می‌شد، باید یک نفر از نردبان بالا می‌رفت و آن را عوض می‌کرد، اما این کار را چگونه باید انجام می‌داد. او باید نقشه‌ای طرح می‌کرد تا «کلارا» از نردبان بالا می‌رفت و سقوط می‌کرد. اگر «کلارا» از نردبان بالا می‌رفت، او فقط باید نردبان را تکان می‌داد و او از آن بالا سقوط می‌کرد. بعد هم خودش از خانه بیرون می‌رفت و به چند جا سر می‌زد و وقتی به خانه برمی‌گشت، با جسد «کلارا» مواجه می‌شد، آن وقت می‌توانست بگوید این اتفاق در غیاب او روی داده و همه هم باور می‌کردند که «کلارا» سرش گیج رفته و از نردبان افتاده است.

«هوبرت» اصلاً میل نداشت که همسرش را به قتل برساند، اما از دست «کلارا» به ستوه آمده بود و فقط با قتل او می‌توانست از شرش خلاص شود! سه سال قبل به «کلارا» پیشنهاد کرد که از هم جدا شوند، اما «کلارا» چنان از این مسأله ناراحت شد که تمام ظروف قفسه و تلویزیون را شکست و «هوبرت» ناچار شد، مقداری ظروف آشپزخانه و یک تلویزیون بخرد. ضمن آنکه ماجرا به همین جا ختم نشد و «کلارا» با چوب و صندلی چنان بر فرق سر و دست او کوبیده بود که حدود ۹ روز بستری شد.

«هوبرت» طی ۱۸ سال زندگی با «کلارا» از این مصائب زیاد کشیده بود. هجده سال بود که «کلارا» برای او تعیین تکلیف می‌کرد که چه باید بکند و چه نباید بکند. چند سیگار آنهم در خارج خانه بکشد، چه لباسی بپوشد و چه کفشی پا کند. وای به روزی که او خلاف میل «کلارا» کار می‌کرد، در آن صورت داد و فریاد راه می‌انداخت و هرچه جلوی دستش بود، می‌شکست و لباسها را پاره می‌کرد و خانه را به یک جهنم واقعی مبدل می‌ساخت، و حالا زمانی بود که او باید خودش را از این وضع نجات می‌داد.

در این افکار بود که ناگهان صدای مجری تلویزیون او را به خود آورد که می‌گفت:

«بینندگان عزیز برنامه ما به پایان رسیده است و...» با شنیدن این جمله، «هوبرت» از جای خود پرید. زیرا «کلارا» به او سپرده بود بعد از اتمام فیلم، تلویزیون را خاموش کند و حالا حتماً یک یا دو دقیقه بود که فیلم تمام شده بود. ولی برخلاف انتظار «کلارا» هیچ حرف تند و سرزنش‌آمیزی به زبان نیاورد. حتی نگاه عصبانی و تندی هم به او نکرد. او روی صندلی خود نشسته و به فکر فرو رفته بود.

«هوبرت» به قیافه متفکرانه «کلارا» اهمیتی نداد و این اشتباهی بود که بعداً متوجه آن شد.

شبهای پنج‌شنبه، «هوبرت» دوره داشت و با عده‌ای از رفقای خود با هم بودند. بهترین فرصت برای انجام نقشه همان شب پنج‌شنبه بود!

«هوبرت» تصمیم گرفت که نقشه خود را در این شب اجرا و وانمود کند که پرت شدن «کلارا» درزمان غیاب او روی داده است.

«کلارا» بعدازظهر آن روز به خیاطی رفت تا لباس خود را پرو کند و نبود او فرصت خوبی برای فراهم کردن مقدمات کار بود.

«هوبرت» از اداره یک لامپ صد وات سوخته با خود آورد تا با لامپ آشپزخانه عوض کند، اما وقتی وارد آشپزخانه شد و کلید برق را زد، با کمال تعجب دید که لامپ چراغ آشپزخانه خودبه‌خود سوخته و روشن نمی‌شود. او از این مساءله خوشحال شد و لامپ سوخته خودش را دور انداخت.

«کلارا» غروب به خانه برگشت و «هوبرت» هم شروع کرد به پوشیدن لباس میهمانی تا بعد از انجام نقشه‌اش بلافاصله به میهمانی برود.

او منتظر بود «کلارا» به خاطر سوختن لامپ آشپزخانه سروصدا راه بیندازد و مثل همیشه او را مقصر بداند، اما برخلاف تصورش اینطور نشد، چرا که «کلارا» خیلی آرام به اتاق او آمد و با ملایمت گفت که لامپ آشپزخانه سوخته و بعد از «هوبرت» خواهش کرد تا بیاید و لامپ را عوض کند.

«هوبرت» خیلی تعجب کرد، زیرا تا آن زمان سابقه نداشت که «کلارا» با او اینطور صحبت کند و حتی برای عوض کردن لامپ از او خواهش کند. به هرحال او نردبان را برداشت و به آشپزخانه برد و شروع کرد از پله‌های آن بالا رفتن، اما موقع بالا رفتن از پله‌ها عملاً پایش را بد گذاشت تا از پله سوم بیفتد. و بعد بلافاصله فریاد زد:

ـ آخ... پایم... پایم شکست.

و بعد مچ پای خود را با دست گرفت و اینطور وانمود کرد که خیلی درد می‌کشد، اما با این حال تظاهر کرد که می‌خواهد بلند شود و دوباره از نردبان بالا برود، ولی تا پای خود را زمین گذاشت فریاد کشید و گفت:

ـ من نمی‌توانم پایم را زمین بگذارم. حتی از نردبان هم نمی‌توانم بالا بروم. تو خودت تا هوا تاریک نشده لامپ را عوض کن.

«کلارا» فریاد زد:

ـ من از نردبان بالا بروم؟ نمی‌دانی من از ارتفاع می‌ترسم و سرگیجه می‌گیرم.

ـ خب عیبی ندارد. فقط آشپزخانه تا وقتی که پای من خوب شود تاریک می‌ماند!

«کلارا» که از عصبانیت داشت دیوانه می‌شد، فریاد زد:

ـ چرا مزخرف می‌گویی، مگر می‌شود آشپزخانه تاریک بماند؟!

ـ نمی‌دانم. من می‌روم کمی استراحت کنم. چون پایم خیلی درد می‌کند.

«کلارا» فریاد زد:

ـ کجا می‌روی؟ صبر کن!

او شوهر خود را می‌شناخت و می‌دانست اگر درد داشته باشد، محال است به کاری دست بزند. بنابراین آشپزخانه همین‌طور تاریک خواهد ماند، به همین دلیل گفت:

ـ حداقل بیان نردبان را نگه دار من بالا بروم.

«هوبرت» لنگان لنگان جلو آمد و نردبان را گرفت و لامپ سالم را به او داد.

«کلارا» اول به سختی و بعد کمی باشهامت‌تر بالا رفت، طوری که بالای نردبان یکی از پله‌ها را ندیده گرفت و دو پله یکی بالا رفت، بدون آنکه دچار سرگیجه شود.

«هوبرت» از شدت هیجان در پایین می‌لرزید. حالا «کلارا» به بالای نردبان رسیده بود و «هوبرت» باید آن را تکان می‌داد تا او از آن بالا بیفتد، ولی هرچه تلاش کرد نتوانست این کار را بکند، زیرا که شجاعت و جرأت این کار را نداشت.

«کلارا» دستش را به طرف لامپ دراز کرد، اما از آنجا که تا به‌حال چنین کاری نکرده بود، دستش به سرپیچ و کابل برق خورد و برق دست او را گرفت. براثر این تکان تعادل او به هم خورد و پایش از روی آن پله لیز خورد و روی پله پایین‌تر افتاد و آن پله هم ناگهان زیر پای او شکست و او از بالای نردبان به پایین افتاد و سرش به شدت روی سنگ کف آشپزخانه خورد و همان لحظه مُرد!

شوهرش به سرعت از آشپزخانه خارج شد و با یک تاکسی خود را به میهمانی رساند.

کمی قبل از نیمه شب بود که «هوبرت» به خانه برگشت. همه چیز درست مطابق دلخواه او انجام شده بود. بدون آنکه او در قتل دخالتی داشته باشد و همه این تصادفات مافوق تصور او بود.

او با دوستانش خداحافظی کرد و پله‌ها را سریع بالا آمد تا در آپارتمان را باز کند و با دیدن جسد همسرش فریاد بزند و رفقای او با شنیدن فریادش بالا بیایند و بعد به پلیس خبر بدهند، اما وقتی او کلید را به در انداخت در آپارتمان از داخل باز شد. او خیلی ترسید، چرا که یک لحظه تصور کرد «کلارا» نمرده و حالا پشت در است. اما به‌جای «کلارا» مرد ناشناسی در را باز کرد و با دیدن او گفت:

- من «هیلد برانت» مأمور پلیس هستم. بفرمایید داخل آقای «هوبرت زمل».

«هوبرت» با تعجب گفت:

- من نمی‌فهمم. شما اینجا...

- تعجب نکنید. حقیقت این است خواهرخانم شما ما را خبر کرد. زیرا قرار بود آنها امشب با هم شام بخورند.

- خب حالا مگر اتفاقی افتاده؟

- شما باید این را بدانید. همسر شما به قتل رسید؟!

- قتل؟! شما چرا تا این اندازه مطمئن هستید که او به قتل رسیده!

- ما مطمئن هستیم و می‌دانیم که قاتل خود شما هستید؟

- از کجا می‌دانید و چه دلیلی دارید؟

- دلایل زیاد است. لامپ سوخته سقف آشپزخانه که ظاهراً همین امروز صبح یک نفر آن را با لامپ سالم عوض کرده، چون هیچ گرد و خاکی روی آن نیست. اره شدن پله آخر نردبان به‌طوری که جای اره آن کاملاً مشخص است. اره هم در داخل قفسه اتاق نشیمن بود و خاک اره هنوز روی آن است. خب این دلیل کافی نیست!

«هوبرت» از شنیدن این حرفها دچار سرگیجه شد. حالا می‌فهمید که چرا لامپ آشپزخانه سوخته بود و همسرش هنگام بالا رفتن از نردبان دو پله یکی کرد و... پس «کلارا» هم قصد قتل او را داشت و با نقشه‌ای درست مثل نقشه خودش لامپ آشپزخانه را عوض کرده بود و یک لامپ سوخته آنجا زده بود. پله نردبان را هم اره کرده بود تا او مثل همان صحنه تلویزیون از بالای نردبان بیفتد و بمیرد.

اما او نمی‌دانست حالا جواب پلیس را چه بدهد. هیچ کس حرف او را که حقیقت بود باور نمی‌کرد، به همین دلیل سر خود را به علامت تأیید تکان داد و گفت:

- بله آقای کمیسر این دلایل برای محکوم کردن من کافی است.

■

## آنچه باید درباره ...

بقیه از صفحه ۱۹

## موردی به نام ساببنا

سابینا یک زن برزیلی است که با طول قدی معادل یک متر و شصت سانتی‌متر، شش سال پیش وزنی برابر با ۵۴ کیلوگرم داشت، اما با توجه به طول قدش مصمم شد تا از وزن خود بکاهد. بنابراین به یکسری از رژیم‌های بسیار قوی اقدام کرد و در کنار آن به داروهایی که چربی را در بدن آب می‌کرد و در نتیجه آب بدن را افزایش می‌داد نیز روی آورد. او در مدت یکسال موفق شد تا با کم کردن ۱۵ کیلوگرم خود را به ۳۹ کیلوگرم برساند، اما در مقابل او به یک زن کاملاً عصبی و غیرقابل تحمل تبدیل شد تا آنجا که شوهرش تهدید کرد که او را طلاق خواهد داد. این تهدید مؤثر افتاد و سابین رژیم‌ها و داروها را کنار گذاشت و در مدت چند ماه وزن او با سی کیلوگرم افزایش به ۶۹ کیلوگرم رسید. شوهرش باز هم تهدید کرد که او را طلاق خواهد داد، اما این بار به جهت اضافه وزن! سابین باز هم تحت تأثیر تهدید شوهرش به رژیم غذایی روی آورد و البته این بار از یک رژیم غذایی علمی‌تر و منطقی‌تر بهره گرفت تا اینکه سرانجام خود را به ۴۵ کیلوگرم رساند که درواقع وزن ایده‌آل او می‌باشد. ضمن آنکه شوهرش هم برای اولین بار ابراز رضایت کرده است. سابین طی چهار سال گذشته توانسته تا وزن خود را در همین حد تثبیت کند. برای سابین بهترین عاملی که به تثبیت وزن او کمک کرد، بنابر عقیده خودش تهدیدهای شوهرش بوده است! شاید هم عوامل روحی و روانی نظیر تهدید به طلاق بیشتر از عوامل و پدیده‌های شیمیایی در کاهش و کنترل وزن تأثیرگذار باشند.

■

## پاسخهای با هوش خود کلنجار بروید

بقیه از صفحه ۴۹

### چند تا مثلث می بینید؟

بیش از ۶۰ مثلث کوچک، متوسط و بزرگ وجود دارد. البته این در صورتی است که فقط از یک زاویه به آنها بنگریم، وگرنه در هر مثلث می‌توان به تعداد هر رأس آن، مثلثی در نظر مجسم ساخت که در آن صورت تعداد مثلث‌ها خیلی زیاد خواهد شد!

**جانور دوطرفه!** گرگ

### جانور هفت جوش!

شاخ گاو - صورت خوک - بدن و یک پای ببر - دم شیر - دست انسان - پای مرغابی و کاکل پرنده.

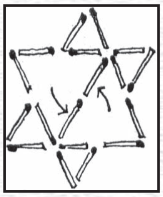
### پنجمی چه کتابی بود؟

دایرة‌المعارف.

### برادران دوقلو!

تصاویر ۹ و ۱۲.

### ۶ مثلث با چوب کبریت!



### شوالیه‌های شوخ طبع!

قصر A مربوط به شوالیه ۳ - قصر B مربوط به شوالیه ۱ - قصر C مربوط به شوالیه ۲.

## پارانویا

بقیه از صفحه ۱۳

البته ریشه این ناهنجاری هم در جسیکا کاملاً مشخص بود، یکی شرایط روحی جسیکا بود و دیگری بازجویی‌های غیرانسانی، غیرعادلانه و طولانی که طی یک هفته بازداشت از جسیکا به منظور گرفتن اعتراف برای جرمی که او مرتکب نشده بود، به عمل آمده بود و سرانجام رفتاری که جامعه و جراید نسبت به جسیکا پس از آزادی به دلیل فقدان مدارک کافی، درپیش گرفته بود و همه او را محکوم و منفور قلمداد کرده بودند. این عوامل کافی است تا حتی افرادی را که دارای اعتماد به نفس هستند و شرایط روحی پرصلابتی را تجربه می‌کنند، نیز دچار پارانویا شوند چه برسد به جسیکا که اصولاً از نظر روانی پس از مرگ پدر و مادرش و جدایی از تام، در وضعیت باثباتی نبود. بدین ترتیب با توجه به وضعیت جسیکا و اینکه او هیچ‌کس را هم در کنار خود نداشت تا برای درمان یا معالجه او اقدام لازم را به‌جای آورد، معلوم نبود که چه سرنوشتی انتظار او را می‌کشید. غافل از اینکه هنوز یک نفر وجود داشت که برای کمک به جسیکا می‌توانست اقدام کند، اما او هم باید ابتدا به دل خود مراجعه می‌کرد.

### آن یک نفر

آری، آن یک نفر تام شوهر سابق جسیکا بود. تام سرگذشت جسیکا را از طریق رسانه‌ها و جراید دنبال می‌کرد و همین که تصمیم گرفت تا به کمک او بشتابد، جسیکا را آزاد کرده بودند و تام تصور نمی‌کرد که حتی اگر به او مراجعه کند جسیکا او را بپذیرد. اما تام از وضعیت جسیکا پس از آزادی اطلاع نداشت و با توجه به شناختی که از او داشت سعی می‌کرد تا در ذهن خود حال و روز جسیکا را حدس بزند و پس از چند روز متوجه شد که حتی یک روز هم بدون فکر کردن به جسیکا برایش نمی‌گذرد و به همین دلیل در دل خود احساس می‌کرد که جسیکا با مشکلی روبرو است و سرانجام دل به دریا زد و تصمیم گرفت تا به جسیکا رجوع کند، حتی اگر جسیکا او را نپذیرد و یا بنای بدرفتاری با او را بگذارد، بدین ترتیب عازم محل اقامت جسیکا شد.

### نوری در تاریکی

تام زنگ آپارتمان جسیکا را به صدا درآورد و جسیکا ابتدا مانند بسیاری از موارد دیگر از باز کردن در امتناع کرد و وقتی که صدای زنگ بیشتر و بیشتر شنیده شد، سرانجام جسیکا درحالی که هندی‌کم را با خود همراه داشت و از خودش فیلمبرداری می‌کرد، به طرف در رفت و آن را گشود. در یک لحظه چشمان جسیکا تام را شناسایی نکرد، اما پس از لحظه‌ای لبخند تام که چهره آشنایی از او را به نمایش می‌گذاشت، باعث شد تا جسیکا او را به خاطر آورد. لبخند تام گویای همه چیز بود و جسیکا متوجه شد که تام آمده است تا زندگی زناشویی را با او دوباره از سر گیرد.

جسیکا شاید یک دقیقه به چهره تام خیره شده بود و سرانجام ابتدا برای اولین بار طی چند هفته گذشته هندی‌کم را خاموش کرد و سپس هق‌هق‌کنان همانجا در آستانه در بر زمین نشست. گویی این گریه همه عقده‌های جسیکا را از دل و ذهن او خارج می‌کرد، ضمن آنکه تام هم می‌دانست که نیم بیشتر گریه از روی خوشحالی بود، چرا که تام همسرش را خوب می‌شناخت.

■

زیر نظر: جبار آذین
تلفن: ۲۹۹۹۳۳۸۲
Jahan_e_honar @hotmail.com

### نقد فیلم مهمان مامان

# بیا تا قدر یکدیگر بدانیم

**سیدابراهیم مردانی**

## فقرای شاد

در خانه‌ای قدیمی، مامان منتظر ورود میهمانان خود (خواهرزاده و نوعروسش) است. مامان نگران است، چون در خانه چیزی برای پذیرایی ندارد. پدر (آقایدالله) هم نیامده و مهمانان هر لحظه ممکن است سر برسند. بالاخره مهمانان می‌آیند و آقایدالله از خاطرات خصوصی زندگی‌اش برای مهمانان می‌گوید. مهمانان قصد رفتن می‌کنند، ولی آقایدالله با اصرار بی‌جای خود آنها را نگاه می‌دارد. مامان کلافه است، چون جز مقداری لوبیا، چیزی برای تهیه شام ندارد. یکی از همسایگان مقداری برنج می‌آورد و دیگری مقداری گوشت و لپه، ولی اینها برای تهیه شام کافی نیست. امیر پسر کوچک خانواده به همراه دوستش از مغازه‌ی پدر او، مخفیانه مرغ و ماهی برمی‌دارند، ولی پدر سر می‌رسد و پسرش را تنبیه می‌کند.

یکی از همسایگان به نام یوسف که معتاد هم هست، ولی پدر و مادر ثروتمندی دارد به همراه امیر به خانه پدری‌اش می‌رود و در حضور آنها از یخچال انواع مواد غذایی لازم را برمی‌دارد. یکی دیگر از همسایگان دو بسته ماکارونی می‌آورد. لوازم شام تکمیل است، در این میان پدر دوست امیر نیز پشیمان می‌شود و مرغ و ماهی‌ها را به در خانه‌ی آنها می‌آورد. پس از صرف شام با اصرار آقایدالله مهمانان برای رفتن به خانه خود مردد می‌شوند، مامان که دیگر به مرز جنون رسیده، از حال می‌رود، او را به بیمارستان می‌رسانند و استراحت مطلق برایش تجویز می‌شود. پس از بازگشت، عروس و داماد را در اتاقی جای می‌دهند، همسایه‌ها نیز به خانه‌های خود می‌روند و چراغها یک به یک خاموش می‌شوند.

فیلم مهمان مامان به یادمان می‌آورد که ما ایرانی‌ها چه آدمهای نازنینی بوده‌ایم و یا می‌توانیم باشیم، ولی متاءسفانه دیگر آن آدمهای نازنین نیستیم! یکی از بهترین خصوصیات ما ایرانیها از دیرباز مهمان‌نوازی، همدلی به هنگام سختی‌ها و همکاری و تعاون در از میان برداشتن مشکلات یکدیگر بوده است، اما متأسفانه سال به سال این خصوصیات در ما کمرنگ‌تر شده و می‌رود که دیگر اثری از آنها باقی نماند.

فیلم، این ویژگی‌های از دست رفته را به ما یادآوری می‌کند و نشان می‌دهد که تا چه اندازه زمینه همدلی و همیاری در نزد مردم ایران قوی است و مردم با وجود مشکلات اقتصادی و فقر و تنگدستی، چه گشاده‌دستی‌هایی می‌توانند داشته باشند.

در جامعه کوچکی که مهرجویی ترسیم می‌کند با آدمهایی واقعی روبرو هستیم، که ما به ازای خارجی آنها را می‌توانیم در اطراف خود ببینیم، اما اعمالی که آنها انجام می‌دهند، مربوط به یک آرمانشهر یا اتوپیا است.

## آرمانشهر مهرجویی

آرمانشهری که می‌تواند نهایت خواست و آرزوی هر انسانی باشد و البته می‌دانیم که هنر سینما، یک واقعیت دستکاری شده است و نباید تطابق نعل به نعل با واقعیت داشته باشد. پس، بر فیلمساز حرجی نیست، اگر آرمانهای خود را به تصویر بکشد. آرمانهایی که زیبا و دوست داشتنی است و به مدت صد دقیقه تماشاگر را غرق در لذت و شادی می‌کند.

با این حال مهرجویی برای اینکه زیاد هم ذوق‌زده و دلخوش نشویم و واقعیت پیرامون خود را فراموش نکنیم، در راه رساندن مامان به بیمارستان، در خیابانهای شهر، ما را با واقعیت‌های عریان و زشت اطرافمان روبرو می‌کند. موتورسوار بی‌ادبی که سرنشینان فولکس را مسخره می‌کند و فولکس را قورباغه می‌خواند و حتی لگدی هم به آن می‌زند، نمونه‌ای از واقعیت‌های امروز جامعه ماست. وقتی فولکس پشت چراغ قرمز ایستاده و سرنشینان آن برای تازه شدن هوای خودرو، شیشه ماشین را پایین می‌کشند؛ ناگهان کامیونی که در کنار آنها ایستاده گاز می‌دهد و دود تمام داخل خودرو را دربر می‌گیرد و سرنشینان آن به خفگی می‌افتند.

> برای یک فیلمساز اهل درک و رنج چه راهي باقی می‌ماند، جز اینکه آدمها را در یک جا گرد آورده و مهربانیها را گوشزد کند

در بیمارستان، دکتر جوان پس از گرفتن نوار قلب می‌گوید که مریض باید در سی‌سی‌یو بستری شود و ابتدا باید نقداً پول آن را پرداخت کنند و وقتی همراهان اظهار عجز می‌کنند، دکتر در پرداخت پول اصرار می‌کند.

عروس که جزو همراهان است، می‌گوید: دکتر حاجی آشنای دوستم در همین بیمارستان کار می‌کند. حیف شد اگر شیفتشون بود، مشکلی نداشتیم. (قریب به همین مضمون) وقتی دکتر جوان اسم دکتر حاجی را می‌شنود، می‌گوید که دکتر حاجی استاد من بوده و بلافاصله مسوولیت بستری شدن بیمار را شخصاً می‌پذیرد. اینهم یکی از واقعیت‌های ناپسند جامعه ماست. بیخود نیست که مردم قبل از مراجعه به ادارات و بیمارستانها و... دنبال آشنا و پارتی می‌گردند که سفارش آنها را بکند.

درحقیقت بیماری اصلی همین جاست. چون دکتر حاجی (به نام او هم دقت کنید) سرمی‌رسد و پس از دیدن نوار قلب می‌گوید که تشخیص اشتباه بوده و می‌توانند مریض را به خانه ببرند. فقط باید در خانه استراحت مطلق داشته باشد.

**در مورد مهمان مامان می‌توان به موارد دیگری هم اشاره کرد:**

۱ـ اینکه تصویربرداری روی دست، چقدر به حس موجود در صحنه‌ها کمک کرده. یعنی این همه رفت و آمد، بروبیا و حرص و جوش برای آماده شدن شام و درگیری تمام افراد خانه و تحرک آنها با تصویربرداری روی دست تقویت شده است.

۲ـ کل ماجرا به یک فیلم در فیلم شبیه است، یعنی تمام افرادی که برای تهیه شام زحمت می‌کشند، عوامل تهیه یک فیلم سینمایی هستند که هرکدام گوشه‌ای از کار را گرفته‌اند و مامان نیز کارگردان فیلم است و سفره چیده شده نیز همان فیلم موردنظر.

۳ـ با توجه به انیکه خط اصلی قصه، تلاش اعضای خانه برای تهیه شام مهمانان است، ولی کارگردان از توجه به پرداخت عاطفی آدمها نیز غافل نمانده است. رابطه عاطفی بین مامان و یدالله، یوسف و صدیقه، مش مریم و مرغ‌هایش و دکتر و بهاره، از نمونه‌های قابل ذکر است.

۴ـ اینکه چقدر مهرجویی در پرداخت جزئیات و ریزه‌کاریهای زندگی ایرانی استاد است. رفتارهایی که اعضای این خانه در ارتباط با یکدیگر نسبت به هم بروز می‌دهند، دقیقاً همانی است که در زندگی ما ایرانی‌ها وجود داد. حرص و جوش خوردنهای مادر، برای اینکه مهمانی باعزت و احترام برگزار شود، دعوت همسایگانی که در تدارک شام شرکت داشتند، فرستادن غذا برای همسایگان و حتی کارگران ساختمانی که شاهد و ناظر ماجرا بوده‌اند، دعوای آقایدالله با پسرش، که چرا ماشین مهمانشان را بدون اجازه برده و دنبال کردنش در حیاط و دمپایی پرت کردن برای او، سادگی آقایدالله و تعارفهای بیجای او در نگه داشتن مهمانان برای شام و تعارف بعد از شام برای خوابیدن، طرز چادر سر کردن مامان، صدیقه و بهاره، اسپند دود کردن مامان برای مهمانان

و... اگر بخواهیم بشماریم، این موارد همچنان ادامه خواهد داشت.

۵ـ رسم است که معمولاً صحنه‌های نفس‌گیر، به سکانس‌هایی اطلاق می‌شود که قهرمان و ضدقهرمان یا قطب خیر و قطب شر ماجرا در مبارزه‌ای تمام عیار شرکت داشته باشند و این مبارزات و درگیریها معمولاً فیزیکی است، اما چه کسی باور می‌کند که تمامی اعضای خانه‌ای که در تدارک و آماده کردن شام برای مهمانان هستند، در نجات جان یک ماهی که توسط گربه زخمی شده شرکت کنند و صحنه بخیه زدن ماهی به نفس‌گیرترین صحنه فیلم تبدیل شود؟ چنین کاری از عهده هر فیلمسازی برنمی‌آید.

۶ـ علی‌رغم اینکه قصه فیلم می‌تواند رئالیستی باشد، یعنی برای خانواده فقیری، مهمان عزیزی بیاید که سفره‌اش خالی است و مهرجویی نیز در پرداخت شخصیت‌ها و روابط از واقعیت الهام گرفته، ولی به دلیل اینکه کارگردان آنچه باید باشد (آرمان‌گرایی) را مدنظر داشته، در پرداخت بعضی از روابط و رفتارها استرلیزه و آرمانی عمل کرده است. مثل کمک‌های بی‌دریغ همسایگان در تدارک شام، و یوسف، که غرورش را زیرپا می‌گذارد و علیرغم اینکه برای خودش از پدر و مادر متمولش چیزی نخواسته، ولی برای رنگین کردن سفره همسایه، از پدر و مادرش کمک می‌گیرد.

۷ـ و دیگر اینکه در این خانه کسی به کسی گیر نمی‌دهد. هیچ کس به یوسف گیر نمی‌دهد که چرا معتاد شده و چرا ترک نمی‌کند؟ حتی به گربه‌ای که ماهی بهاره را زخمی کرده، کسی سنگی یا دمپایی پرت نمی‌کند. کسی مش مریم را سرزنش نمی‌کند که چرا به خاطر مامان، از یکی از مرغ و خروسهایش نمی‌گذرد.

## جشن انسانها

در فیلم‌های قبلی مهرجویی با آدمهایی روبرو بودیم که عموماً شکاک و تلخ‌اندیش بودند و تناقض‌های فلسفی و اجتماعی آنها را به یأس و بدبینی رسانده بود. آدمهایی سرگردان در انتخاب بین سنت و مدرنیسم و یا ناتوان در تطبیق این دو با یکدیگر، که دنبال کورسوی امیدی در زندگی می‌گشتند، اما در مهمان مامان مهرجویی همه آن یأسهای فلسفی و اجتماعی را به کناری نهاده و آدمهایی را خلق کرده که در عین محرومیت، تنگدستی و فقر، دل به یأس و نومیدی نمی‌سپارند و در سایه همدلی، همیاری، تعاون و ایثار، حال را غنیمت شمرده و از لحظه لحظه‌ی زندگیشان لذت می‌برند. آدمهایی شاد، سرحال، سرخوش و بازیگوش که حتی وقتی حقوقشان دو ماه عقب افتاده، زیر آواز می‌زنند و می‌خوانند و در لحظات چیدن سفره هم، تحت تأثیر موزیکی که از ضبط صوت می‌شنوند، حرکات ریتمیک و رقص‌گونه‌ای دارند و لحظات صرف شام را با شوخی و خنده به جشنی به‌یادماندنی تبدیل می‌کنند.

در پایان ذکر این نکته خالی از فایده نیست که مهرجویی بیش از هر فیلمساز دیگری، فیلم‌های خوب و قابل بحث به سینما و فرهنگ و هنر ایرانی تقدیم کرده است.

■

## شما و جهان هنر

**◀مهدیه ملک مسعودی از ملایر**

همکار گرامی مطالب شما به «جهان هنر» رسیده است. از مطالب خوب شما به مرور استفاده خواهیم کرد. تأخیر در پاسخ به نامه و یا چاپ مطالب‌تان را به پای حجم زیاد نامه‌ها و مطالب خوانندگان گرامی مجله بگذارید. همکاری خود را با ارسال مطالب تازه‌تر همچنان با ما ادامه دهید. موفق باشید.

**◀ابوالفضل صمدی رضایی از مشهد**

خوشحال هستیم که بعد از یکسال تأخیر مجدداً به ما پیوسته‌اید. نقدها و مطالب شما به «جهان هنر» رسید. با تشکر از حضرتعالی، مطالبتان را در نوبت چاپ قرار داده‌ایم. همکاری خود را با ما ادامه دهید. سربلند باشید.

**◀محمدجواد غفوری از تهران**

مطالب خوب شما به دست ما رسید، اما به دو دلیل نمی‌توانیم از آنها استفاده کنیم؛ اول، چاپ مطلبی مشابه مطلب شما در هفته‌های اخیر و دوم نگاه سیاسی شما که با دیدگاه سیاسی مجله اطلاعات هفتگی چندان همخوانی ندارد و چاپ آنها برای شما و ما دردسر خواهد آفرید! با مهار قلم خوب خود می‌توانید مطالب بهتری بنویسید. خوشحال می‌شویم از شما هم مطالبی داشته باشیم.

**◀؟ از ؟**

ترانه‌های ارسالی شما به جهان هنر رسید. لطفاً در نامه بعدی بنویسید که هستید تا ما بدانیم با چه کسی طرف هستیم. ترانه‌هایتان امتیازها و مشکلاتی دارند که پس از بررسی کارشناسان شعر و ترانه و موسیقی «جهان هنر» و بعد از دریافت نامه بعدی شما که در آن بیوگرافی خودتان را هم برای ما نوشته‌اید، برایتان خواهیم نوشت.

---

### به مناسبت پخش برنامه بزرگداشت و زندگی
### استاد صُدیف از شبکه چهارم

# خاطره‌ای از مرصع‌خوان و مرصع‌نویس

**فرزانه صداقت**

مرصع‌نویسی بود به نام نعمت‌الله قاضی که «شکیب» تخلص می‌کرد. در سالهای دور بزرگ دبیر رادیو نیز بود. نوشته‌هایش مخملی، نگین‌کاری شده و درخشان، بارها و بارها در مطبوعات به چاپ رسیده بود. کتابهایش هنوز که سالها از خرقه تهی کردنش می‌گذرد، تجدیدچاپ می‌شود و عبارتهای مرصعش جانهای سوخته را می‌نوازد.

روزی برایم صحبت از «صدیف» کرد. می‌گفت او مرصع‌خوان است. وقتی می‌خواند روح و جان آدمی را می‌لرزاند. چنین تعریفی از چنین کسی برایم بسیار ارزنده می‌نمود. به ایشان گفتم: ممکن است نزدشان بروم و چیزهایی بیاموزم؟

مرصع‌نویس کهنسال در نگاهش برقی زد. همیشه حرف آموزش، روحش را شاد می‌کرد. گفت: دخترم برو نزد «صدیف» و به او بگو که تو را من فرستادم، ایشان را گول بزن(!) و از او بخواه تا فقط تو را با دستگاههای موسیقی ایرانی آشنا کند، بلکه تو را بپذیرد.

چند روزی نگذشته بود که مرصع‌نویس بی‌نظیر به رحمت خدا رفت. چهلمش گذشته بود که با استاد صدیف تماس گرفتم تا به او گفتم که از طرف چه کسی هستم، گفتند: خانم این مرد کجاست؟ ایشان به نوعی پیامبر هستند، حالشان چطور است؟

وقتی گفتم، چند روزی است که از چهلمشان می‌گذرد، بسیار متاءثر شدند. من نیز دگرگون شده بودم. آنقدر که وقتی پرسیدند چه کاری از دست من برمی‌آید، گفتم: من می‌خواهم شما را گول بزنم! متعجب پرسیدند: چطور؟ وقتی خاطره آن روز و گفتگویمان را راجع به ایشان بازگو کردم، جوّ عوض شد. خیلی خندیدیم و فرمودند: واقعاً که اسمت درست صداقت است... و خیلی لطف داشتند که نشانی و وقت نیز دادند.

در بدو ورود به منزلشان با دولتسرایی پر از ماهرویان فرشته‌خو روبرو شدم. استاد صدیف تا کمر جلوی من خم می‌شد و چای و مخلفات را روی میز می‌چید. همسر بی‌نظیر، باابهت و شایسته‌شان شال مرا مرتب می‌کردند و می‌گفتند: دخترم را می‌توانم ببوسم؟

دختر و نوه‌شان که برای سرزدن به ایشان آمده بودند با آغوش باز مرا دربر می‌گرفتند و خوشامد می‌گفتند.

راستش تا نیم ساعتی نفسم بند آمده بود. تصور محیطی این‌چنین امن و سرشار از گرمای محبت حتی به ذهنم هم خطور نمی‌کرد.

در جلساتی که در کمال خوشوقتی خدمت ایشان می‌رسیدم، از ساعت یک بعدازظهر گاه تا هشت و نه شب، به تدریس برای بنده می‌پرداختند. گرچه این جلسات به علت ازدحام کارهای من، نیمه تمام باقی ماند، ولی تاکنون که سالها از آن روزها می‌گذرد، ایشان مشاور و دوست گرانقدر بنده باقی مانده‌اند.

شخصیت محکم و باثبات و اراده کاری ایشان به اضافه حنجره‌ای که از آن پنجره‌ای رو به خدا باز است (به تعبیر مرحوم شادروان فریدون مشیری) زبانزد همه است. قطعاً این قطعه که توسط دوستان ادیب استاد صدیف برایشان سروده و خوشنویسی شده است، بهترین تعریف از ایشان است.

انشاءالله همواره سلامت و برقرار باشند.

دل صدف‌واره صدیف
از موج خیز بی‌کرانه انزواش
دهان گشود و جهان گرفت آواش...

زیر نظر: بابک پورعالی

## رضا عنایتی:

# هیچ تعصبی به استقلال ندارم!

### نه اهل حاشیه و جنجال، نه خیلی ساکت و آرام

نگار حسینی

**رضا عنایتی جزو آن دسته استقلالی‌هایی است که حتی پرسپولیسی‌ها هم هیچ کینه‌ای از او به دل ندارند. او نه مثل همشهری‌اش نیکبخت اهل حاشیه و جنجال است و نه مثل برخی‌ها ساکت و آرام که فراموش شدنی باشد. اخلاق رضا هم مثل فوتبال بازی کردنش دارای ثبات و تعادل است. او می‌گوید، بزرگترین تفریح زندگی‌اش این است که در کنار خانواده‌اش باشد و با پسرش معین در خانه گل کوچک بازی کند!**

**با رضا قبل از بازی با اردن وعده این مصاحبه را گذاشته بودیم، اما پس از گذشت چندین هفته او هنوز در شوک خط خوردنش از تیم ملی و ضربه سنگینی که در بازی با صباباتری متحمل شد، به سر می‌برد.**

**☆رضا! نخستین روزی را که به استقلال آمدی به خاطر داری؟**

☆ ☆ بله! مگر می‌شود چنین روز مهمی را فراموش کرده باشم. آن روزهای اول استرس بسیار زیادی داشتم و فضا واقعاً برایم سنگینی می‌کرد.

**☆از اول استقلالی بودی یا بنابر شرایط حرفه‌ای به این تیم آمدی؟**

☆☆نه!من هیچ تعصب خاصی به استقلال یا دیگر تیم‌های لیگ نداشتم و فقط برای ارتقای سطح فوتبالم پیراهن آبی را بر تن کردم.

**☆با این حال این امکان هست که روزی از پرسپولیس سر درآوری؟!**

☆ ☆ نه، بعید می‌دانم. چون من به هیچ‌وجه دوست ندارم با احساسات هواداران تیمم بازی کنم.

**☆اگر موافق باشی برمی‌گردیم به دوران کودکی و حال و هوای دوران مدرسه‌ات؟**

☆☆من مثل خیلی از بچه‌های هم‌سن و سالم، پر از انرژی بودم و البته چندان هم علاقه‌ای به درس خواندن و پشت میز نشستن نداشتم. به همین خاطر تا می‌توانستم از مدرسه فرار می‌کردم. البته نمی‌دانم چرا همیشه معلم‌ها و ناظم مدرسه من را تحمل می‌کردند!

**☆فوتبالت را از کجا شروع کردی؟**

☆☆پس از سالها فوتبال بازی کردن در کوچه و خیابانها، تیم بسیج مهرآباد نخستین تیمی بود که به فوتبال من سروسامان داد. من در این تیم با ابتدایی‌ترین تکنیک‌های فوتبال آشنا شدم.

**☆ پس از بسیج مهرآباد در کدام تیم‌ها بازی کردی؟**

☆☆آدینس خراسان و ابومسلم دیگر تیم‌هایی بودند که من در آنها توپ زدم و حالا هم که در خدمت استقلال تهران هستم.

**☆برویم سراغ استقلال! چرا شروع خوبی در لیگ برتر امسال نداشتید؟**

☆☆این برمی‌گردد به عدم هماهنگی بازیکنان با یکدیگر. ما پارسال هم در اوایل لیگ نتایج خوبی کسب نکرده بودیم، اما به مرور با هماهنگ‌تر شدن بچه‌ها توانستیم خود را به عنوان یکی از مدعیان قهرمانی مطرح کنیم.

**☆اما همین راحت امتیاز دادن‌ها بود که در آخرین روزهای لیگ گذشته مانع قهرمانی استقلال شد، قبول داری؟**

☆☆بله!!

**☆حال دنده شکسته‌ات چطور است؟**

☆☆بهتر است حال دنده شکسته‌ام را از سهراب بختیاری‌زاده بپرسید!

من نمی‌دانم چطور بعضی‌ها که ادعای رفاقتشان می‌شود، در جریان بازی به یکباره همه چیز را فراموش می‌کنند. دریغ از یک جو رفاقت. البته سهراب سابقه‌دار است و اولین بارش نیست که از این کارها می‌کند.

> محال است کسی دستپخت مرا بخورد و راهی بیمارستان نشود. به همین خاطر زیاد سمت آشپزخانه آفتابی نمی‌شوم

**☆بزرگترین مشکل رضا عنایتی چیست؟**

☆☆دوری از خانواده بزرگترین دغدغه و مشکل من است. خانواده‌ام به‌ویژه دو پسرم معین و امید همیشه به این مساءله معترض هستند و دائماً می‌گویند چرا زمان کمتری در خانه هستی!

**☆با پسرهایت فوتبال هم بازی می‌کنی؟**

☆☆البته امید فقط ۹ ماهه است، ولی با معین که سه سال و نیمه است، همیشه فوتبال بازی می‌کنم و دوتایی خانه را روی سرمان می‌گذاریم.

**☆دوست داری معین و امید هم روزی مثل تو فوتبالیست شوند؟**

☆☆خب، همه چیز بسته به استعداد و علاقه‌شان دارد. البته معین که علاقه زیادی به فوتبال دارد و در ضمن بزرگترین منتقد من است. هر وقت که گل نزنم کارم در خانه ساخته است. چون تا مدتها باید به او جواب بدهم.

**☆از همسرت چیزی نمی‌گویی؟**

☆☆شاید بزرگترین شانس زندگی‌ام ازدواج با همسرم باشد. او یک زن آرام، متین و فوق‌العاده صبور است و نقش مؤثری در پیشرفتهای من دارد.

**☆کمی هم از شب خواستگاری‌ات بگو...**

☆☆آن شب خیلی به من سخت نگذشت، چون همسرم دختر عمه‌ام بود و ما از قبل به هم علاقه داشتیم به همین خاطر اطمینان داشتم که جواب مثبت را از او می‌شنوم. خوشبختانه عمه‌ام هم هوای من را داشت و با پارتی‌بازی دخترش را به من داد.

**☆توی کارهای خانه به همسرت کمک می‌کنی؟**

☆☆فکر می‌کنم نقطه ضعف زندگی مشترک ما و تنها گله همسرم هم همین باشد که من هیچ‌وقت به جز صرف غذا وارد آشپزخانه نمی‌شوم.

**☆یعنی تا به‌حال آشپزی نکرده‌ای؟**

☆☆نه! در فامیل همه می‌گویند هر کس دستپخت رضا را بخورد، محال است کارش به بیمارستان نکشد! من هم برای اینکه کار به جاهای باریک نکشد سعی می‌کنم زیاد طرف آشپزخانه آفتابی نشوم.

**☆هنر رضا عنایتی چیست؟**

☆☆هنر خاصی ندارم، جز اینکه گهگاهی برای دلم ارگ بزنم و زیرلب چیزی زمزمه کنم. آن هم فقط برای همسرم.

**☆در استقلال با کدام بازیکن راحت‌تر هستی؟**

☆☆با نیکبخت راحت‌ترم. چون همشهری‌مان است.

**☆ حرکت بعد از گلت به صباباتری را هم از نیکبخت یاد گرفته بودی؟**

☆☆تقریباً! ما از قبل تصمیم گرفتیم پس از زدن گل اول به شکل یک حلقه زنجیر درآییم.

**☆رضا! رابطه‌ات با سینما چطور است؟**

☆☆اصلاً حال و حوصله فیلم دیدن را ندارم، ولی بعضی وقتها به اصرار و اجبار دوستانم به سینما می‌روم. آخرین فیلمی هم که دیدم شام آخر بود!

**☆در پایان فکر می‌کنی رضا عنایتی ابومسلم چه فرقی با رضا عنایتی استقلال کرده است؟**

☆☆فکر می‌کنم تا حد بسیار زیادی به تجربه‌ام افزوده شده باشد. من حالا بهتر می‌توانم مقابل مشکلات بایستم، ضمن اینکه از توجه زیاد مردم به خودم نیز لذت می‌برم.

### با وحید و تیم ملی آلمان به ایران می‌آیم

# مهدوی‌کیا: حق انتخاب نداریم، باید ببریم!

هیچ خبری از او نیست. درست برعکس پارسال! که هامبورگ می‌برد و مهدوی‌کیا تیتر اول نشریات بود، اما امسال خبری از آن پیروزیها نیست و بالطبع مهدی هم تیتر یک نیست!

با این حال، طی چند روز آتی، زیاد از او خواهید شنید، چرا که تیم ملی یکی از حساس‌ترین هفته‌های تاریخش را پیش‌رو دارد. ابتدا بازی مقابل آلمان در روز شنبه و پس از آن بازی برای رسیدن به جام جهانی در روز چهارشنبه!

برای گذشتن از سد نایب قهرمان جهان، آلمان و قطر، بدون شک مهدوی‌کیا یکی از ارکان اصلی خواهد بود. اگر یک ماه به عقب برگردم و از حافظه کوتاه مدتمان کمک بگیریم، به یاد خواهیم آورد که در آستانه بازی با اردن چقدر از بابت نبود مهدوی‌کیا نگران بودیم و حالا در آستانه این دو بازی حساس، به همان اندازه و شاید بیشتر از حضور او در ترکیب تیم ملی مسروریم.

با تشکر از مهدی زعیم‌زاده دوست صمیمی مهدوی‌کیا که در برقراری این ارتباط تلفنی ما را یاری کرد، گفت‌وگوی کوتاهی با موشک ایرانی هامبورگ در آستانه پرواز او به تهران انجام دادیم:

**◇با شروع ناامیدکننده هامبورگ در بوندس‌لیگا، حالا این تیم در خطر سقوط به دسته پایین‌تر قرار دارد. چرا آنقدر بد شروع کردید؟!**

◇ ◇متأسفانه فصل، آن‌گونه که می‌خواستیم شروع نشد. ما قبل از شروع بازیها خیلی بلندپروازانه فکر می‌کردیم اما حالا همه آن اهداف را فراموش کرده‌ایم. این بحران سران و مدیران باشگاه را نیز نگران کرده است.

**◇با نزدیک شدن به ماه ژانویه و فصل نقل و انتقالات می‌توان به بازگشت هامبورگ امیدوار بود؟**

◇ ◇متأسفانه باشگاه از لحاظ مالی در شرایط مطلوبی قرار ندارد. از این‌رو بعید می‌دانم تغییری در کادر فنی یا فهرست نفرات این تیم ایجاد شود.

**◇یعنی تا پایان فصل باید نظاره‌گر ناکامی‌های هامبورگ بود؟**

◇ ◇نه! بازیکنان تصمیم دارند با انگیزه‌ای بیشتر و عملکردی بهتر اجازه ندهند هامبورگ پس از چهار سال سقوط کند.

**◇قصد نداری در ماه ژانویه از هامبورگ جدا شوی؟**

◇ ◇من می‌مانم، چرا که به‌تازگی قراردادم را با این تیم تمدید کرده‌ام. بنابراین جدا شدن از هامبورگ حتی با درنظر گرفتن این شرایط بحرانی دشوار است. ما می‌خواهیم هامبورگ را نجات دهیم.

**◇می‌رسیم به بازی ایران و آلمان! درخصوص این دیدار چه نظری داری؟**

◇ ◇آلمانی‌ها در دو دیدار گذشته برابر اتریش و برزیل نمایش بسیار خوبی داشتند و در شرایط کنونی به هیچ عنوان با آلمانی که در جام ملتهای اروپا به میدان رفت قابل مقایسه نیستند. از این‌رو باید این دیدار را جدی گرفت. ایران بدون تردید کار دشواری را برابر تیم آلمان پیش‌رو دارد. ضمن اینکه این رویارویی می‌تواند آزمون مناسبی پیش از دیدار برابر قطر باشد.

**◇ایران ـ قطر را چطور ارزیابی می‌کنی؟**

◇ ◇دیدار با قطر هیچ تفاوتی با بازی مقابل اردن ندارد. ما در این بازی هم همچون بازی قبل حق انتخاب نداریم و باید پیروز شویم. به نظر من فرقی نمی‌کند چه کسانی برای این دیدار دعوت می‌شوند و چه کسانی بازی می‌کنند، مهم این است که به جام جهانی برویم!

**◇مهدی از هاشمیان چه خبر؟**

◇ ◇او هم در شرایط خوبی به‌سر می‌برد، البته عدم گلزنی در بایرن کمی در روحیه‌اش تأثیر منفی گذاشته است.

**◇عدم حضور وحید در اسرائیل به خاطر بازی بایرن مونیخ و مکابی، در رسانه‌های آلمانی هم بازتاب داشت؟**

◇ ◇بله! آنها مصدومیت را دلیل نرفتن وحید به اسرائیل عنوان کردند، اما به رابطه تاریک ایران و اسرائیل هم اشاره کردند. حتی برخی نشریات آلمان به روبرو نشدن آرش میراسماعیلی با حریف اسرائیلی‌اش در رقابتهای جودو المپیک اشاره داشتند، که این برای خودم هم جالب بود.

**◇راستی! کی به ایران می‌آیی؟**

◇ ◇من و وحید به احتمال زیاد با هم و تا اواخر این هفته به تهران می‌آییم. با توجه به تعطیلی موقت بوندس‌لیگا شاید همراه با تیم ملی آلمان به ایران بیاییم.

**◇پس، به امید دیدار!**

---

### چهار بازی، چهار امتیاز، معرکه است واقعاً!

# روزهای سخت پرسپولیس نرسیده

انگار همین دیروز بود که وینگو بگوویچ برای آخرین بار با پرسپولیس به اهواز رفت و با شکست یک بر صفر به تهران برگشت، اما نه! دیروز نبود، بلکه دوشنبه چهاردهم اردیبهشت بود، یعنی ۱۵۴ روز پیش.

وقتی محسن ترکی سوت پایان بازی را به نشانه هفتمین باخت پرسپولیس در اهواز به‌صدا درآورد، در تهران شایعه بازگشت پروین و برکناری غمخوار قوت گرفت و از فردای آن روز صحبت‌های زیادی پیرامون چگونگی بازگشت پروین شنیده شد تا اینکه او رسماً پست مدیر فنی پرسپولیس را به شرط سرپرستی محمود خوردبین و اختیار تام قبول کرد.

حالا دیگر پروین برگشته بود تا پرسپولیس را پس از یکسال به روزهای اوج بازگرداند، اما با کدام ابزار؟! پروینی‌های خوش‌باور که هر شب با خیره شدن به پوستر «سلطان علی» به خواب ناز فرو می‌روند، حالا باید بهتر فهمیده باشند که به صرف حضور پروین نمی‌توان یک تیم را مدعی قهرمانی دانست.

پرسپولیس، هفته گذشته در آخرین شاهکار هنری‌اش در تهران بازی را به ملوان واگذار کرد تا پروین هم به یاد آن روزهایی بیفتد که دائم برای همکارش وینگو پیک می‌فرستاد که: «آقای بگوویچ، روزهای سخت پرسپولیس فرا نرسیده‌اند!»

پرسپولیس وینگو اگر به لطف زیرآب‌زنی‌های خیلی‌ها نتیجه بد گرفت، حداقل این حُسن را داشت که فوتبال را زیبا بازی می‌کرد، اما این تیم پرسپولیس که قطعاً ایده‌آل پروین است، نه‌تنها بد بازی می‌کند، بلکه در نتیجه‌گیری هم افتضاح است. باز جای شکرش باقی است که چاشنی شانس از این تیم رخت نبسته وگرنه آن چهار امتیاز هم به اندوخته امتیازات این تیم در چهار هفته نخست اضافه نمی‌شد.

آقای پروین! منتظر روزهای سخت پرسپولیس هستیم.

# دوپینگ ... واقعیت یا دروغ

کلمه دوپینگ، شما را یاد چه چیزی می‌اندازد؟ کپسول؟ باشگاه بدنسازی؟ عضله حجیم؟ شاید همه، یاد آن جوان بدبختی بیفتید که دو، سه ماه قبل روی تخت بیمارستان پرپر زد و سر ساعت هفت شب درحالی که هنوز مدتی از ازدواجش نگذشته بود، فوت کرد! و زن بیچاره‌اش درحالی که گریه امانش نمی‌داد، گفت که صبحانه‌اش شده بود ناندرولون، ناهارش شده بود استروئید، عصرانه‌اش تسوتسرون و شام شبش کپسولهای رنگارنگ!

البته قصد ما در این مطلب این نیست که عین مادربزرگها نصیحت کنیم و از مضرات مواد نیروزا بگوییم، مقصود ما بررسی استفاده از مواد نیروزا در سطح قهرمانی است.

از لحاظ تاریخ برای اولین بار در المپیک ۱۹۸۴ لس‌آنجلس ورزشکاران آمریکایی به‌طور گسترده از ماده نیروزای ناندرولون (که آن موقع هنوز ناشناخته بود و امروز در ایران مثل نقل و نبات توسط ورزشکاران آماتور مصرف می‌شود) استفاده کردند و نتیجه‌اش قهرمانی کاروان ایالات متحده بود.

در آن زمان **IOC** نتوانست مچ آنها را برای دوپینگ بگیرد، اما به مرور اسرار ناندرولون افشا شد و... و امروزه می‌شنویم که بوکسور ایرانی در تله آفساید واحد کنترل دوپینگ کمیته ملی المپیک گیر می‌کند و از شرکت در المپیک محروم می‌شود. یا دو نفر از اعضای تیم پارالمپیک قبل از اعزام لو می‌روند و... اگر بخواهیم مسأله را ریشه‌یابی بکنیم، باید دید که هدف آنها از دوپینگ چیست؟ ساده‌انگارانه است که دوپینگ‌کنندگان محترم انتظار داشته باشند با چند حقه کودکانه بتوانند از زیر آزمایشات دوپینگ فرار کنند. دیگر هر داروخانه‌چی می‌داند که برای اینکه اثر فلان نیروزا لو نرود از چه قرص مکملی استفاده کند.

چند سال پیش سرمربی وقت آ.ث.رم طی مصاحبه‌ای ادعا کرد که تعدادی از فوتبالیست‌های سرشناس ایتالیایی نظیر ویالی، دل‌پیرو، راوانلی، باجو و... از مواد نیروزا استفاده می‌کنند.

از او برای اظهاراتش شکایت شد و حتی در دادگاه محکوم شد، اما طولی نکشید که صحت گفتار زمان برای همه آشکار شد. باید دانست راز این کار چیست؟ تفاوت دوپینگ ما ایرانیها و سوپراستارهای دنیا چیست؟

جواب ساده است. آنها به پدیده دوپینگ به چشم یک علم نگاه می‌کنند تا یک حقه غیرورزشی. آنها علم را با ورزش درهم آمیخته‌اند و بر همین اساس.

آن‌وقت امثال آن بوکسور به صورت دیمی و غیراصولی اقدام به استفاده از موادی می‌کنند که در عالم دوپینگ سالهاست منسوخ شده‌اند.

دود این آتش تنها بر چشم این ورزشکار غافل که از روی احساسات زودگذر این کار را انجام داده نرفته و نخواهد رفت.

خلاصه کلام اینکه جاهلانه است اگر انتظار داشته باشیم با امکانات پزشکی و دانش داروشناسی موجود در نزد اطبای فعلی بتوانیم مثل آمریکایی‌ها پنهانی دوپینگ کنیم و هیچ‌کس خبردار نشود. نصیحت کردن جوانان نسل سومی هم کوبیدن آب در هاون است. اینکه یک ورزشکار آنقدر خود را ناتوان می‌بیند که دوپینگ می‌کند، کاملاً به مسائل روحی او برمی‌گردد. این یعنی همان موضوع روان‌شناسی ورزشی. در این باره جداگانه سخن خواهیم گفت.

**محمد طاهری**

---

## تحقیقی دوباره برای همه کسانی که از زندگی ماشینی خسته شده‌اند

**از: کاوه صادقی**

**گرایش به معنویت و اعتقادات مذهبی که بر اثر یک احساس درونی و خودجوش در افرادبه وجود می‌آید، سرچشمهٔ نیروی عظیمی می‌شود که توانایی و قدرت اعتمادبه نفس را در یک فرد افزایش و او را از ناامیدی و یاس دور می‌کند.**

**تحقیقات بی‌شماری که بر روی افراد سالم و مریض و همچنین افراد سنین مختلف انجام شده، این نکته را به اثبات رسانده که معنویت و دل بستن به یک نیروی لایزال و نامیرا و استمداد از او، می‌تواند کلید حل بسیاری از مشکلات روحی و روانی و جسمانی افراد باشد. با هم می‌خوانیم:**

رجوع به معنویت و مسائل روحانی، آگاهی یافتن از قدرت خداوند و منبع مقدسی است که هر کس را در زندگی یاری کند.

به گفته یکی از محققان، معنویات تحقیق و جستجو برای پیدا کردن و کشف راز جهان و علت خلق شدن موجودات است که در این میان شخص با مشاهده نعمت‌های مختلف و نظم موجود در منظومه شمسی و کائنات، به بزرگی و عظمت او پی برده و در برابر این عظمت سر تعظیم فرود آورده و به قدردانی و تشکر از او می‌پردازد.

تحقیقات محققین و دانشمندان در ۱۰ سال پیش بر روی رابطه بین اعتقاد به وجود خداوند و سلامت جسمانی، نشان می‌دهد که ایمان و اعتقاد می‌تواند باعث به دست آوردن سلامت و بهبودی افراد مریض شود، چون اعتقاد به وجود خداوند باعث می‌شود که فرد از احساس پوچی و تنهایی رهایی پیدا کند و این تصور برای او پیش آید که هر چیز که در دنیا وجود دارد با هدفی خاص ساخته شده و هیچ چیز بدون دلیل آفریده نشده است.

۱ـ در طی ۷ سال مطالعه روی افراد میانسال به بالا مشخص شد که آن دسته از افرادی که دارای اعتقادات مذهبی بوده‌اند، کمتر دچار افسردگی و ناراحتی‌های جسمی شده‌اند، همچنین میزان مرگ و میر قبل از اعیاد مذهبی خاص کم شده بود و این

نقش معنویت در سلامت
روحی و جسمی افراد

مساله دانشمندان را به این فکر واداشت که شاید ایمان به خدا مرگ افراد را در این روزهای خاص به عقب انداخته است!

۲ـ افرادی که معمولاً در انجام فرایض مذهبی شرکت می‌کردند، نسبت به آن دسته از افرادی که در این فعالیتها شرکت نمی‌کردند بدنشان از سیستم ایمنی سالمتری برخوردار بود.

۳ـ بیماران قلبی نیازمند به عمل جراحی که دارای اعتقادات مذهبی بودند و از خدای خود سلامتی و آرامش را طلب کرده بودند، سه برابر افرادی که هیچگونه اعتقادی به خداوند نداشتند، احتمال زنده ماندن را دارا بودند.

اعتقادات مذهبی به طور نسبی در وجود همه افراد وجود دارد ولی این اعتقاد در زمان سختی‌ها شدت می‌یابد.

ایمان و اعتقاد همچنین می‌تواند به انسان انگیزه زندگی کردن بدهد. به عنوان مثال زمانی که فردی در زندگی خود دچار مشکل یا بیماری خاصی می‌شود و کم کم احساس ناراحتی و افسردگی به او دست می‌دهد، وی برای رهایی از این احساسات به خدای خود رو می‌آورد و از او طلب شفا، صبر و استقامت می‌کند و با کمک گرفتن از این نیروی معنوی، به گونه‌ای بهتر با مشکلات زندگی دست و پنجه نرم می‌کند. تحقیقات پزشکی نشان داده است که معنویات می‌تواند تأثیر بسیار زیادی بر روی روح و روان افراد بگذارد.

در مطالعه‌ای که روی مردان بستری در یک بیمارستان انجام شده تقریباً بیشتر آنها که دارای اعتقادات مذهبی بودند، خیلی بهتر توانستند با بیماری خود کنار بیایند. مطالعه دوم نیز نشان داد که آنها زودتر هم بهبود می‌یابند.

مطالعه سوم هم نشان داد که عامل مهمی سبب زودتر بهبود یافتن این افراد شده و آن امید به زندگی است.

امید به زندگی نیز بهترین راه برای مبارزه با افسردگی است.

۱ـ احساسی را که در زمان تولد فرزند خود داشتید به یاد آورید. بیشتر والدین اظهار می‌دارند که در این زمان احساس می‌کنند خیلی زیاد به خداوند نزدیک هستند و وجود او را کاملاً احساس می‌کنند. آرزوها و امیدهای خود را در آن زمان به یاد آورید که خداوند به شما کمک زیادی کرده است. این مساله می‌تواند به صورت یک خاطره خوب و همیشه در ذهن شما باقی بماند و هیچ وقت خدا را فراموش نکنید.

۲ـ سعی کنید زمان مناسبی را به فرزندان خود اختصاص دهید و به عنوان یک والد خوب درباره همه چیز با آنها صحبت کنید و نظریات آنها را در باره معنویات بپرسید.

۳ـ با طبیعت بیشتر مانوس شوید، چون طبیعت می‌تواند الهام بخش بسیاری از مسائل به انسان باشد.

در این هنگام می‌توانید با دیدی بازتر به زندگی اطراف خود بنگرید و با این احساس که یک نیروی عظیم ابدی را در کنار خود دارید، یاس و ناامیدی را از خود دور و اعتماد به نفس بیشتری را به دست آورید.

## استعفای فولر پس از بیست و شش روز

# ... و حالا هیچ راهی به رم ختم نمی‌شود!

از: یاسر اشراقی

بحران در رم، هر لحظه شدیدتر می‌شود.

فولر آلمانی و محبوب نیز نتوانست برای این تیم بحران‌زده کاری درخور توجه انجام دهد و پس از بیست و شش روز استعفای خود را تسلیم «فرانکو سنسی» رئیس باشگاه کرد.

دوشنبه صبح «فولر» در جمع خبرنگاران ایتالیایی حاضر شد و مسوولیت شکست سنگین سه بر یک رم در برابر تیم ۹ نفره بولونیا را برعهده گرفت و اعلام کرد که استعفایش از سوی سنسی مورد پذیرش واقع شده است.

فولر گفت: «می‌خواهم از رئیس و تمام اعضای باشگاه که با استعفای من موافقت کردند، تشکر کنم.»

او اضافه کرد: «عادت دارم تیم‌های تحت رهبری‌ام را به نحوی خاص هدایت کنم. در رم نیز تمام تلاش خود را انجام دادم، اما پس از شکست از بولونیا متوجه شدم راهم را صحیح انتخاب نکرده‌ام.»

در بیانیه‌ای که از سوی باشگاه رم صادر شد، گفته شده، رهبر رم فعلاً به دستیار فولر «ایزیوسلا» واگذار شده و بازیکنان و مقامات رسمی تیم از گفت‌وگو با رسانه‌ها منع شده‌اند.

از سوی دیگر مطبوعات ایتالیا اعلام کردند، سران رم مشغول مذاکره با سه مربی سرشناس به نامهای «لوئیجی دل نری»، «آریگو ساکی» و «جیان لو کاویالی» هستند. همانی شد که همه می‌ترسیدند. همانی که می‌توانست بدترین باشد!

رودی فولر خداحافظی کرد. او اظهار شرمندگی کرد که در این زمان تیمش را ترک می‌کند. تیمی که در مصاف با رئال مادرید در اولین حضور بدون فولر تحقیر شد و چند روز بعد که باید مقابل اینتر قرار بگیرد، معلوم نیست چه بلایی سرش بیاید!

این خداحافظی ناگهانی می‌تواند چهره جهانی رم را بدتر کند. «بله، این حقیقت دارد، من استعفایم را نوشتم و هیچ راهی برای بازگشت خودم تصور نمی‌کنم».

مربی آلمانی تیم رم افزود: «خیلی از مسائل در این تصمیم‌گیری دخیل هستند. فقط شکست مقابل بولونیا دلیل آن نبوده است. من در برابر آنچه اینجا می‌گذرد، ایده‌های خودم را دارم و فهمیدم که نمی‌توانم آنها را ممکن و عملی کنم.»

استعفای فولر ناگهانی و غیرمنتظره بود، حتی بازیکنان هم شوکه شدند. به‌رغم اتفاقات بدی که در بازی با دیناموکیف افتاد و نشان داد رم یک تیم عصبی و غیرقابل کنترل شده، فولر ترجیح داد که با این تیم کار کند و با سلیقه خود آن را پیش ببرد، اما ناگهان از این ایده خود هم دست کشید. حتی چند روز قبل هم این آثار عصبانیت به چشم دیده شد و دوربین‌های تلویزیونی هم با مشاجره مونتلاوسلا (معاون فولر) این موضوع را شدیدتر کردند. تعویض مونتلا، ناراحتی‌های ده روسی، هنگام بیرون ماندن از ترکیب اصلی همه آنها نشانه‌های ناراحتی و دلخوری بود.

فولر وقتی که تمام این ماجراها را دید از این نیمکت دست کشید و گفت: «بس است» و در اولین ملاقات تصمیم خود را به فرانکو بالدینی گفت: «من نمی‌توانم این گروه را کنترل کنم و تیم هم از من فرمان نمی‌برد. پس بهتر است که من بروم.»

بالدینی مثل یک سنگ شده بود، فرصت نکرد که این حرفها را به رئیس خودش (فرانکو سنسی) اطلاع دهد، چرا که رادیو، تلویزیون و روزنامه‌ها زودتر از دیگران از این ماجرا خبردار شده بودند و بالدینی مجبور شد که مقابل رسانه‌ها این خبر را تأیید کند: «فولر استعفای خودش را اعلام کرده و درحال حاضر خیلی سخت است که تصمیم او را تغییر دهیم. ما از فولر خواستیم که دوباره درباره این موضوع جدی فکر کند، چون درحالت عصبانیت و ناراحتی تصمیم گرفته بود و نمی‌توان فقط به خاطر یک باخت همه چیز را ویران دید. ما سزاوار این باخت بودیم و از خدا متشکریم که چنین تمام شد، چون حتی شایسته یک امتیاز هم نبودیم. البته اشتباهات داوری هم باعث شد که تنش در بازی بیشتر شود. ما با عصبانیت بازی کردیم، بی‌فکر بودیم و اصلاً راه منطقی را پیش نرفتیم و به همین دلیل است که فولر فکر می‌کند تیم او را همراهی نمی‌کند.»

بعد از این بالدینی از خود انتقاد می‌کند: «این ماجرا تقصیر من است نه فولر. من این تیم را ساختم و دراختیار او قرار دادم. من بازیکنان را انتخاب کردم و دلیل‌های فولر را درک می‌کنم. رم باید عصبانیت را از خود دور کند تا بتواند شکل اصلی خود را دوباره پیدا کند و نتیجه بگیرد. آنچه پیش‌بینی می‌کردیم، حالا برایمان اتفاق افتاده است و باید به فکر جبران آن باشیم.»

او از تیمش هم انتقاد می‌کند: «تیم در این شرایط بحرانی گوش شنوا نداشته است. امیدوارم که فولر تصمیمش را عوض کند و در کنار ما بماند، اما در غیر این صورت تصمیم او را قبول می‌کنیم، چون او کمترین تقصیر و مسوولیت را داشته است. من هم دوست داشتم که استعفا بدهم، اما کسی به آن احتیاج ندارد. سنسی می‌داند که همه چیز سر جای خودش است، قرار نیست کسی نامه بنویسد. برای من حتی یک کلمه هم کافی است. اگر من استعفا نمی‌دهم، نه به خاطر این است که از شرایط خسته شده‌ام که نمی‌خواهم در این شرایط سخت تیم را ترک کنم.»

بالدینی بعد از آن در مورد فولر حرف می‌زند: «او احساس می‌کند که نمی‌تواند ادامه دهد، اما بهتر است که کمی صبر کند و بازیکنان را بهتر بشناسد. ما از بازیکنانی مثل فراری حرف می‌زنیم که بدون تمرین با دیگر بازیکنان مقابل دیناموکیف به میدان رفت یا دلاس که چنین شرایطی داشت. فکر می‌کنم که باید به آنها زمان بدهیم، اما مطمئن هستم که باخت با سه گل در زمین بولونیا هیچ کس را خوشحال نمی‌کند. حالا منتظر عکس‌العمل تیم هستیم، همان‌طور که دوست ندارم دوباره عصبانیت و تنش را در تیم ببینم. ما هماهنگی خوبی داریم و خوب کار می‌کنیم.»

اما به نظر می‌رسد که بالدینی چندان از رفتار فولر هم خشنود نیست. او می‌گوید: «نه، اصلاً این‌طور نیست. فولر یک آدم قوی و سالم است و همه اعضای تیم هم این موضوع را تأیید می‌کنند، اما خیلی دوست داشتم که او را با تیم رم مقابل رئال مادرید ببینم، همان‌طور که دوست داشتم، او ابتدا استعفایش را با من درمیان می‌گذاشت. در ایتالیا همیشه از این اتفاقات طور دیگری بازی می‌گیرند.»

**فولر اختیار تام می‌خواست تا این بازیکنان یاغی را آرام کند، اما موفق نشد. او حتی در آخرین دقایق هم از بی‌نظمی‌های رم حرف می‌زد و می‌گفت تا وقتی که این بی‌نظمی‌ها رفع نشود، رم حال و روز خوشی نخواهد داشت**

بالدینی لبخند تلخی می‌زند، با خبرنگاران خداحافظی می‌کند و به سوی باشگاه می‌رود. ایده‌های فولر عملی نشد، او اختیار تام می‌خواست تا این بازیکنان یاغی را آرام کند، اما موفق نشد. سه باخت و یک مساوی در دو هفته اخیر باعث شد که طاقت او تمام شود و از رم برود، اما حتی در آخرین دقایق هم از بی‌نظمی‌های رم حرف می‌زد و اظهار داشت تا وقتی که این بی‌نظمی‌ها رفع نشود، رم حال و روز خوشی نخواهد داشت.

منبع: گاتز تادلواسپورت

در حلقه رندان

حلقه دار:
رضا رفیع

## کار هر شب

**یحیی وکیلی زند**

هرآن مسکین که با محنت مدارا می‌کند هر شب
گرانی را برای خویش معنا می‌کند هر شب
دهد هر روز چندین وعدهٔ شیرین به فرزندان
به تلخی وعده‌های خویش، حاشا می‌کند هر شب
چو بیند مرغ بریان، در خیابان پشت ویترینی
به یادش در کنار سفره نجوا می‌کند هر شب
ببیند گر کباب و دوغ و ریحان، چون رود خانه
نگاه گربه‌آسایی به نانها می‌کند هر شب
هرآن شیشک که با حسرت ببیند دست مستغنی
به رؤیا، داخل دیزیش پیدا می‌کند هر شب!
شده لیلای او ماهی و او مجنون بی‌تابش
به آه سینه‌سوزی یاد لیلاَ می‌کند هر شب
ز بیداد شمَا، ای عاملان این گرانی‌ها
چو صدها خلق مستضعف، خدایا می‌کند هر شب

## زیبایی

**محسن اشتیاقی**

آهسته‌تر از نسیم نجوا کردیم
روییدن غنچه را تماشا کردیم
زیبایی عشق را که پنهان شده بود
وقتی که جدا شدیم، پیدا کردیم!

## اطلاعات غلط

**تاج شیرازی ـ یاسوج**

شنیدستم که کور چاره‌جویی
گرفتی یک عیال زشت‌رویی
شب اول که در خلوت نشستند
در خلوت به روی غیر بستند
زن بیوه به شوی خود چنین گفت
حقیقت را نباید از تو بنهفت
دریغا چون نمی‌بینی تو رویم
نمی‌دانم ز حُسن خود چه گویم
نبینی عارض و چشم و دهانم
نبینی این کمند گیسوانم
چو ابریشم بود هر تار مویم
چو برگ گل بود رخسار و رویم
به زیبایی چو این چشمان من نیست
صدف دانی که چون دندان من نیست
جمالم همچو ماه آسمان است
لبانم غنچه و ابرو کمان است
چو کور بینوا بشنید از زن
به زن گفتا حقیقت بشنو از من
گر اینها را که تو گفتی چنین است
جمالت درخور صدآفرین است،
تو را پس برده بودندت به صد زور
نمی‌گشتی گرفتار من کور!

## توهّم بربریت!

**مهدی استاد احمد**

چمن، صندلی، پارک، من رهگذر
به دستهای من بربری کارگر
هوای دم صبح و سرد و سکوت
به لبهای من شعر و آواز و سوت
که چشمان یک دختر سرسری
و از دست من بر زمین بربری
به چشمان او لحظه‌ای خیرگی
و بر قلب من ناگهان چیرگی
چه حالی ز حیرت برانگشت رفت
به حلقم رسید و مرا کشت رفت
چنان دفعتاً بی‌خود از خود شدم
که گویی همان که نمی‌شد شدم
مگر در خیابان شقایق کم است
که با این یکی زندگی محکم است
مگر قحطی چشم مژگان پریش
که این چشم و این تیر و این قلب ریش
چنان پیکرش تابش از روشنی
جنیفر لوپزی، نیکل کیدمنی
دو چشمان او با عسل سرسری
بسی حیف شد بر زمین بربری!
به لبهای من نقشی از نیش باز
به چشمان او برقی از پیشواز
تپشهای این قلب مستانه‌ام
... که دست کسی بر سر شانه‌ام
خدایا شگفتا که این دست کی
به جز ما دوتا هیچ کس پارک نی(!)
مرا صاحب ید شدیداً خطاب
و من رخ به سمت صدا...، اضطراب!
چون پیچید رویم به سمت قفا
به چشمان خود دیده صاحب صدا،
به آن لحن پرجذبه مادری:
«پاشو! پاشو! صُب شد، دوتابربری!»

## گاهی دلم برای خودت تنگ می‌شود لیلا!

**اکبر کتابدار**

دلم تنگ است می‌دانی؟
ـ نمی‌دانی ـ
تو هستی در کنار من
ولی دیگر
نمی‌باشی تو آن یار قدیمی آشنا لیلا
دماغت کو؟
دماغت آن دماغ آشنایم نیست
و چشمت
بود قبلاً میشی اما
زاغ گردیده
و موهای بلند و هم بلوندت آه!
کلاغ انگار پر در کله‌ات انداخته لیلا
o
غریبم من
تو شاید نیستی اما
کجا شد آن کمان ابروی پر موی تو، لیلا
بگو آیا تویی این «تاتویی» ابروی سرگشته؟
خودت هستی؟
اگر هستی بگو چشم و دماغ و گونه و ابروی تو پس کوش؟
ـ مو هم روش!
خودت رفتی کجا لیلا؟
کجا لیلا؟...
چنانت سرعت غیرمجازی هست
که غیر از من
تو از «خود» نیز یک چندی است بگذشتی
و با سرعت
به سوی ناکجاآباد می‌تازی
و می‌گازی
و می‌نازی...
و من اینجا تماشا را نشستم منتظر
تا آخر بازی!

**این شعر را با عرض سلام و ارادت، تقدیم می‌کنم به آقای رضا رفیع و استاد ارجمندم جناب یحیی وکیلی زند (معروف به وکیل‌باشی!)**

## ناپیدایی

**جمشید مقدم (حامی)**

توی جیبم دلار پیدا نیست
پول شام و ناهار پیدا نیست
درپی ازدواجم و دردا
دختری مایه‌دار پیدا نیست
گفته‌ام با پدر همین دیشب
بهرم آیا نگار پیدا نیست؟
خنده‌ای کرد و با تشر فرمود:
بی‌ادب، زهرمار، پیدا نیست!
من چه غمگین و چه تنهایم
همدمی در کنار پیدا نیست
ماه زیبا و خوش بر و رویی
هم در این شام تار پیدا نیست
پول و پارتی ندارم و دانم
بهر من کار و بار پیدا نیست
همه زنها مطیع شوهرها
زن ناسازگار پیدا نیست
دختری هم خدای ناکرده
که نماید فرار پیدا نیست
بین این فیلم‌های بامعنا
قسمتی صحنه‌دار پیدا نیست
در ادارات ما بحمدالله
آدم رشوه‌خوار پیدا نیست
در مدیران بدون استثناء
پخمه و بی‌بخار پیدا نیست
در عمل جملگی سوپراستار
بینشان نابکار پیدا نیست
ماشین زیر پایشان پیکان
بنز و پاترول سوار پیدا نیست
داخل آن حساب بانکی‌شان
پولها بی‌شمار پیدا نیست
سربلندند بین این مردم
چهره‌ای شرمسار پیدا نیست
مردم ما تمام شنگولند
یک نفر غصه‌دار پیدا نیست
از گرانی و فقر و بدبختی
اثری از قرار پیدا نیست
جیب دولت همیشه غرق از پول
معضل اعتبار پیدا نیست!
هر طرف بینی آسمان صاف است
جوّ ناپایدار پیدا نیست
حلقه‌داران ما همه رندند
حلقه شومِ دار پیدا نیست
«حامیا» از خوشی نمیری، چون
این طرفها مزار پیدا نیست!

ابلاغات مقتلکی

از: رضا رفیع

Email:rezaraffie @ yahoo.com

## سروش عالم عیب!

یکی از امراض چشمی که باعث ایجاد اختلال و انحراف در «چشم بصیرت» انسان می‌شود، یک نوع بیماری «دوبینی» است که براثر آن، فرد مبتلا همه چیز را فقط دو جور می‌بیند: یا سفید سفید، یا سیاه سیاه. چشم دیدن سایر رنگها را ندارد. از نگاه اینان اگر سهراب سپهری هم گفته است: «چشمها را باید شست، جور دیگر باید دید» بیخود گفته است.

**نظریه یک چشم پزشک:** این‌گونه بیماران، کارشان از شست و شوی چشم گذشته، احتیاج به یک دوره شست‌وشوی مغزی دارند.

در ادامه همین نوع نگاه قشری است که یک نفر آدم سخنران هم که پشت تریبون قرار می‌گیرد برای سخن راندن، بالاجبار در یکی از این دو دسته قرار می‌گیرد:

۱ـ طرف، سروش عالم غیب یا وابسته به آن است. در این حالت، فرد مذکور هرچه بگوید، لابد درست می‌گوید.

۲ـ طرف، سروش عالم عیب یا از بستگان آن است. در این صورت، شخص مزبور، هرچه بگوید، غلط [می‌کند] می‌گوید.

در این قبیل مواقع معمولاً دو جور پذیرایی به عمل می‌آید:

۱ـ در مورد اول با نقل و نبات به این شیرینی.

۲ـ در مورد دوم با چوب و چماق به این سنگینی.

**توصیه لازم:** از آوردن اطفال حقیقی و حقوقی زیر ۱۵ سال به مجالس سخنرانی نوع دوم جداً بپرهیزید. دلیلش را دم در عرض می‌کنند.

در راستای تمام آنچه به غلط یا درست گفته شد، بار دیگر مجلس سخنرانی دکتر عبدالکریم سروش که با حضور جمعی محدود و در یک منزل شخصی در قم برگزار شده بود، با حضور عده‌ای افراد معترض (و بعضاً متعرض) به آشوب کشیده شد و فرد سخنران (در اینجا دکتر سروش) به هنگام خروج از در، مورد پذیرایی لازم قرار گرفت که جای تشکر و قدردانی دارد.

ظاهراً ایشان پس از گذشت چهارده سال از زمان تعطیلی سلسله جلسات آموزشی مربوط به مباحث کلامی، به ویژه کلام جدید در قم، به هوس آن افتاده‌اند که مجدداً به بهانه صحبت راجع به موضوع علمی و تخصصی «اندیشه اعتزالی و روشنفکری دینی» به دعوت بعضی از دوستان و شاگردان قدیمی سری به این شهر بزنند تا از نزدیک ببینند که وضعیت آب و هوا از چه قرار است؟!

دکتر سروش پس از پایان سخنرانی در مصاحبه‌ای اعلام نشده با خبرنگار ما از پس بودن هوا اظهار نگرانی کرد. ایشان همچنین اظهار داشت: «به‌راستی چرا عده‌ای در فحاشی علیه اهل علم و دانش آزادند ولی من برای یک بحث علمی مشکل دارم؟».

**پاسخ خبرنگار ما:** اختیار دارید. مشکل از خودتان است.

**جواب یک عزیز موتورسوار در حین عبور:** اشکال از موتور فکر شماست، لامصب بدجوری ریپ می‌زند.

**نتیجه کلامی:** در پایان این سخنرانی، دکتر سروش با مبانی و متد کاربردی «کلام جدید» از نزدیک آشنا شد.

**نظم جدید:**

باید آموزی کمی علم کلام
حق همین باشد که گفتم، والسلام!

**بازتاب اجتماعی خبر:** به گزارش واحد غیرمرکزی خبر، بعد از وقوع این حادثه، عده‌ای در جامعه دچار حالت «قبض» و عده‌ای دیگر دچار حالت «بسط» شدند. سروش هرجا باشد، قبض و بسط هم هست!

## آقایان بدحجاب!

بنده هم عقیده‌ام بر این است که بدحجابی مخصوص و مختص خانمها نیست. حضرات رجال را هم دربر می‌گیرد. یک مرد هم می‌تواند شل حجاب باشد. حالا ما نه که کاره‌ای نیستیم، هرچه خودمان را جر بدهیم، کسی برای فرمایشات متین ما تره هم خرد و خاکشیر نمی‌کند. خدا پدر این فرمانده انتظامی تهران بزرگ را رحمت کند که گاهی اوقات واقعاً حرفهای «طلایی» می‌زند. مثلاً اخیراً ایشان در تأیید عرایض ما فرموده که: «موضوع بدحجابی تنها منحصر به خانمها نبوده و پوشش نامناسب آقایان هم نوعی بدحجابی است».

**عوارض جانبی:** از این قضیه اگر کشورهایی مانند فرانسه و ترکیه بویی ببرند، هیچ بعید نیست که از فردا، از ورود برادران محجبه نیز به مدارس خود جلوگیری کنند!

ظاهراً از نگاه قانون، بدحجابی، ترکیبی از سه حالت نامناسب در وضعیت پوششی، آرایشی و کنشی (= رفتاری) است که اگر فردی (اعم از مرد یا زن) ترکیب این سه حالتش نامناسب باشد، از منظر قانونی قضیه، یک آدم عادی نیست.

**شعار خشن:** مرده‌شوی ترکیبش را ببرد!

**تذکر دوستانه:** می‌خوای شعار بدی، بده؛ کسی جلوتو نگرفته، اما درست.

مرده‌شوی طرز شعار دادنت را ببرد!

به هر صورت، حالا که قضیه بدحجابی، دامن آقایان را هم گرفت، احتمالش هست که شاهد صحنه‌هایی در سطح جامعه به شرح زیر باشیم:

**صحنه اول:** سر در یک پیتزافروشی: «از پذیرفتن خواهران و برادران بدحجاب معذوریم».

**صحنه دوم:** روی یک دیوار تازه رنگ شده: «برادرم حجابت را؛ خواهرم نگاهت را حفظ کن!».

**صحنه سوم:** روی یک در منزل با اسپری: «مردی که حجاب ندارد، زنش غیرت ندارد».

**صحنه چهارم:** سر یک چهارراه شلوغ، دو پسر درحال گفت‌وگو: «نری اون‌ور چارراه که تی‌شرت دارارو می‌گیرن».

**صحنه پنجم:** سردبیر مجله درحال حذف کردن این مطلب: «این پسره هم انگار مغز خر خورده!... چه چیزایی‌رو سوژه می‌کنه»!

**صحنه ششم:** همان سردبیر همان مجله در همان حال: «البته احتمال اینکه جگر شیر پاک هم خورده باشد، هست»!

**توضیح سر صحنه:** البته صحنه‌های دیگری هم بود، منتهی ترسیدیم اگر شرح دهیم، مثل بعضی صحنه‌های داخل بعضی از فیلم‌ها جرح و تعدیل شود.

**توضیح حقوقی:** از جایگاه عرفی و حقوقی قضیه، موضوع بدحجابی آقایان، استثنائاً شامل عزیزان کشتی‌گیر نمی‌شود. اکثر کارشناسان ورزشی معتقدند که با تنبان نمی‌شود کشتی گرفت. درثانی، از نظر سوق‌الجیشی احتمال در رفتن کش آن هم هست!

## اهورای بی‌مزدا!

به عزیزان موتورسوار برنخورد، خود بنده نیز گاهی سوار می‌شوم؛ اما چون در مثل مناقشه نیست، عرض می‌کنم که بعضی‌ها به خاطر خطرات زیاد موتورسواری گفتند: «آدم موتورسوار عقل درست و حسابی ندارد؛ کسی هم که در ترک موتور سوار می‌شود، از او بدتر»!

حالا این قضیه، حکایت یکی از موتورهای فرسوده اپوزیسیون ضدانقلاب خارج‌نشین ماست، فردی به نام «اهورا فیروز خالقی» (که اگر عواقب کارش را درنظر بگیرد، هرگز سفر حج نخواهد رفت!) چندی پیش اعلام کرده بود که برای نجات مردم ایران(!؟) روز دهم مهرماه (روز ولادت باسعادت امام زمان«عج») با ۵۰ فروند هواپیما وارد ایران خواهد شد تا حکومت را عوض کند. این آدم خل و چل که این روزها در داخل و خارج کشور باعث خنده همه شده است، و حتی خود افراد وابسته به جریان اپوزیسیون هم وجود او را باعث آبروریزی تشکیلات خود می‌دانند؛ نام خود را «اهورا» نهاده تا القاکننده نقش یک منجی در قالب یک اهورای نوظهور باشد، بلکه بتواند دو سه تا خل و چل‌تر از خودش را نیز به دنبال خود بکشد.

وقتی که دهم مهرماه آمد و رفت و خبری از تشریف‌فرمایی جناب اهورا نشد، روزنامه انگلیسی فایننشال تایمز درباره او نوشت: «منجی ایران به علت مشغله زیاد، این هفته به ایران حمله نکرد»!

**گمانه‌زنی سیاسی:** احتمالاً این جناب «اهورای بی‌مزدا» در عالم رؤیا خودش را سوار بر «مزدا» درحال سان دیدن از مردم ایران می‌بیند.

**توضیح:** البته به جای ماشین مزدا ممکن است به دلیل پاره‌ای تنگناهای موجود، سوار برموتور مزدا این کار را انجام دهد.

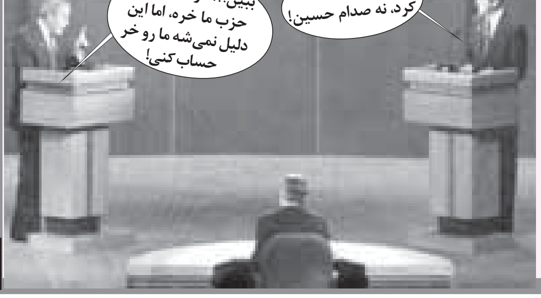
**نکته:** حالا میزان خل و چلی آن آدم ساده‌لوحی را درنظر بگیرید که پشت جناب اهورا در ترک عقب موتور مزدا بنشیند!

**راهکار سیاسی:** به نظر ما این گروههای اپوزیسیون خارج گود، بهتر است همچنان به همان حرکات موزون خود که هر روز هم در تکامل سیر مبارزاتی، مواضع‌شان شفاف‌تر و نقاط قوت و برجستگی‌های جریان اپوزیسیونی‌شان مشخص‌تر و چشمگیرتر می‌شود، ادامه دهند. در این وضعیت برای هر کسی که بخواهد برای بیگانه خوش رقصی کند، جا هست.

**قبح ختام موزون:** قر تو کمر اپوزیسیون فراوونه... نمدونه کجا بریزه!....

## طنز برعکس

«بوش و جان کری در یک مناظره تلویزیونی شرکت کردند.» ـ جراید


ببین... درسته سمبل حزب ما خره، اما این دلیل نمی‌شه ما رو خر حساب کنی!
بن لادن به ما حمله کرد، نه صدام حسین!

## یک دقیقه با دنیای علم

**بهاره مهرنژاد**

### ارتباط افسردگی و مشکلات روده

امروزه به دلیل تغذیه نامناسب، ابتلا به برخی از بیماریها نظیر سندرم روده تحریک‌پذیر (IBS) نسبت به گذشته افزایش پیدا کرده است.

سندرم روده یک بیماری عملکردی روده‌هاست که با سه مشخصه درد شکم، فعالیت غیرطبیعی روده‌ها و نفخ همراه است. این بیماری اغلب در سنین کمتر از ۳۵ سالگی بروز می‌کند و در زنان دو برابر بیشتر از مردان دیده می‌شود.

نتیجه تحقیقاتی که در کلینیک پزشکی دانشگاه شیکاگو صورت گرفته است، نشان می‌دهد، سندرم روده یکی از مهمترین دلایل مراجعه افراد به اورژانس می‌باشد.

محققان علاوه بر تغذیه نامناسب که شامل مصرف کم غذاهای فیبردار، افزایش مصرف چربی و نوشیدن بیش از حد چای و قهوه می‌باشد، افسردگی را یکی از عمده‌ترین دلایل بروز سندرم روده تحریک‌پذیر دانسته‌اند و عدم وجود آرامش و قرار داشتن در محیط‌های استرس‌زا از عوامل مؤثر در ابتلا به این بیماری است. تا جایی که برطبق تحقیقات، ۷۰ درصد از بیمارانی که به دلیل سندرم روده به مراکز پزشکی مراجعه می‌کنند، به بیماریهای روحی و روانی مبتلا هستند که البته شایع‌ترین آنها افسردگی است.

### مهمترین عامل آلودگی آشپزخانه شما

همیشه تصور می‌شود که تنها فرآورده‌های غذایی آلوده می‌توانند انسان را بیمار کنند و به این دلیل بیشتر خانواده‌ها به شستن و ضدعفونی کردن مواد غذایی می‌پردازند و کمتر به وسایل آشپزخانه توجه می‌کنند.

البته دقت در پاک بودن مواد غذایی ضروری است، اما کم‌توجهی به وسایل آشپزخانه نیز چندان کار صحیحی نیست! زیرا محققان انگلیسی به‌تازگی ثابت کرده‌اند، چاقوی آشپزخانه که اغلب برای غذاهای خام نظیر گوشت قرمز، جوجه و غذاهای دریایی استفاده می‌شود، مهمترین عامل بروز اسهال، استفراغ و دردهای شکمی در افراد بخصوص در کودکان به‌شمار می‌رود. نتیجه تحقیقاتی که در بیمارستانی در شهر بیرمنگام انجام گرفت، نشان می‌دهد که مواد غذایی حاوی پروتئین که منبع حیوانی دارند، میکروارگانیسم‌های موجود در منابع غذایی حیوانی به وفور یافت می‌شود. همچنین پروتئین موجود در این غذاها توسط باکتریها به آمینواسیدها تجزیه می‌شود که این ترکیبات از مهمترین منابع غذایی باکتریها به‌شمار می‌روند.

بنابراین احتمال اینکه چاقو در زمان آماده‌سازی غذاهای خام به باکتریها، آلوده شود بسیار بالاست. به همین دلیل توصیه می‌شود بعد از استفاده چاقو برای خرد کردن غذاهای خام به دقت آن را ضدعفونی کنید و حتی‌الامکان از دو چاقو در آشپزخانه استفاده کنید که یکی از آنها برای غذاهای آماده و دیگری برای غذاهای خام که باید پس از آماده‌سازی، پخته شوند.

### سونا یک مرفین طبیعی

اگر به سبب مشغله‌های فکری و ناراحتی‌های روحی و روانی یک دم آرامش ندارید و حتی نمی‌توانید یک لحظه چشم بر هم بگذارید، ما به شما توصیه می‌کنیم همین امروز به سونا بروید!

چون درحین سونا، فرد به یک آرامش خاص می‌رسد که ۱/۵ تا ۲ ساعت بعد از آن به خواب عمیق فرو می‌رود.

اخیراً ثابت شده است، درحین انجام سونا، ماده شبه‌مرفین طبیعی به‌نام اندروفین در پاسخ به تحریک گیرنده‌های درد از مغز ترشح می‌شود. این ماده که حدود ۵۰ برابر قویتر از مرفین خارجی است.، مهمترین دلیل ایجادکننده آرامش بعد از سونا می‌باشد.

درواقع طی زمان حضور در سونا، بدن تحت تأثیر عوامل محرکی نظیر گرما، سرما، اسپاسم عضلانی و نیروهای مکانیکی ماساژ و جکوزی قرار می‌گیرد که هریک برای بدن به عنوان درد تعریف شده‌اند و باعث شروع متابولیسم خاصی می‌شوند.

پاسخ نهایی بدن به مکانیسم‌های مرحله درد، شروع به کار یک سیستم کنترل دردهای شبه مرفینی مغز به نام اندروفین‌ها و انکفالین‌هاست.

وجود این سیستم در فرد باعث ایجاد آرامش شده و تا یک هفته برای او آرامش، نشاط و رهایی از افکار پریشان به ارمغان می‌آورد.

### میوه بچه‌ها فراموش نشود

اگر بگوییم مصرف میوه و سبزی معجزه می‌کند، دروغ نگفته‌ایم.

چون اخیراً محققان هلندی ثابت کرده‌اند، خوردن روزانه میوه و سبزی تازه، میزان بروز مشکلات دندان در افراد خصوصاً کودکان و سالمندان را کاهش می‌دهد. البته میوه‌ها و سبزیجات به دلیل دارا بودن خاصیت ضدباکتریایی از خرابی دندان و پوسیدگی آن که اغلب به دلیل مصرف بیش از حد شکلات و شیرینی است، تا حد ۴۰ درصد می‌کاهد. بنابراین توصیه می‌کنیم، با توجه با بازگشایی مدارس در تغذیه مدرسه کودکانتان حتماً ۲، ۳ عدد میوه بگنجانید و آنها را به این کار عادت دهید.

### قابل توجه بستگان بیمار

بیمارانی که به دلیل انجام عمل جراحی و یا سکته مغزی بایستی برای مدت بیش از یکماه در بستر بمانند، در صورتی که بعد از استراحت به انجام فعالیت‌های ورزشی سبک بپردازند، ۴۵ درصد کمتر از سایرین به پوکی استخوان و کاهش قدرت ماهیچه‌ها مبتلا می‌شوند.

پژوهش‌ها نشان می‌دهد که بی‌تحرکی می‌تواند در سیستم عضلانی ـ اسکلتی سبب ایجاد تغییرات دائمی شود. توده عضلانی و قدرت آن به وسیله تعادلی که براساس تولید پروتئین و مصرف آن وجود دارد، حفظ می‌شود. بی‌تحرکی، بار ماهیچه‌ها و فعالیت و سنتز پروتئین را کاهش و شکسته شدن پروتئین را افزایش می‌دهد که نتیجه آن کاهش توده عضلانی، کاهش اندازه ماهیچه و به دنبال آن کاهش انعطاف‌پذیری و قدرت ماهیچه است.

محققان همچنین دریافتند که پس از یک هفته در بستر، ۲۰ درصد از قدرت و تحمل ماهیچه کاهش می‌یابد و بی‌حرکتی بیش از یک ماه می‌تواند اندازه ماهیچه‌ها را تا نصف کاهش داده و میزان عملکرد را به نصف تقلیل دهد. البته این بی‌تحرکی سفتی غیرطبیعی مفاصل و نرمی ساختارهای مربوط به آن، عملکرد مفاصل را نیز محدود می‌کند.

بی‌حرکتی همچنین بر روی استخوان تأثیر گذاشته و باعث کاهش املاح‌سازی و کمبود مواد زمینه‌ای استخوان می‌شود و درنهایت خطر ابتلا به پوکی استخوان را افزایش می‌دهد.

بنابراین، ورزش نقش مهمی در بازتوانی ماهیچه‌ها دارد و افرادی که پس از گذراندن دوره نقاهت به انجام فعالیت‌های ورزشی سبک می‌پردازند، از بروز این عوارض تا حد زیادی جلوگیری می‌کنند.

## متولدین فروردین

در این هفته باید به شما تذکر بدهم که مراقب اتفاقات غیر منتظره باشید و در هیچ موردی از خط اعتدال دور نشوید. در ضمن دقت کنید که بی‌دلیل تحت تاثیر اتفاقات محیط اطراف خود قرار نگیرید، چون این مسائل گذرا هستند و مهم نحوه برخورد شما با مسائل می‌باشد و اثری که از شما بجا می‌ماند. در ضمن در این هفته لازم است که در مورد بعضی مسائل سکوت کنید، چون نتیجه بهتری می‌گیرید. اگر هم انتظار احترام از کسی را دارید سعی کنید اول شما پیشقدم شوید.

## متولدین اردیبهشت

در این مدت لازم است که برای پیشرفت کارهایتان، به افراد متخصص و کاردان رجوع کنید تا راهنمایی‌های لازم را بگیرید. مرتب بودن اوضاع و احوال کمک زیادی به آرامش فکری شما می‌کند، پس هر چند وقت یکبار یک خانه تکانی اساسی در محل کار و زندگیتان انجام دهید. و این هفته زمان مناسبی برای اینکار می‌باشد. البته شما برای رسیدن به اهدافتان اراده کافی را دارید، پس ابزارهای لازم را نیز در نظر بگیرید تا به نتیجه منطقی برسید. در ضمن فراموش نکنید که غرورتان باعث تغییر رفتار شما با دیگران می‌شود و باید روی آن کنترل لازم را داشته باشید.

## متولدین خرداد

در این هفته لازم است که مصمم‌تر باشید و مثل گذشته از این شاخه به آن شاخه نپرید البته اعمال این روش مستلزم داشتن یک امنیت فکری کامل می‌باشد که شما را از این استرس‌ها رها کند.

زیبایی و تناسب اندام را همه دوست دارند، مثل شما! ولی این را برای شما یادآوری می‌کنیم که زیبایی رفتار و اندیشه خیلی دلنشین‌تر از ظواهر می‌باشد که امیدوارم به این مسأله توجه کافی داشته باشید. در ضمن این را نیز بدانید هفته پرکار و پرمشغله‌ای را پیش‌رو دارید و باید نظم و انضباط را در کارهایتان مد نظر داشته باشید.

## متولدین تیر

در این چند روزه لازم است که ارزیابی دقیق‌تری نسبت به کارهایتان داشته باشید تا وضعیت خودتان و احوالات زندگیتان را بهتر دریابید. مسؤولیت خاص به عهده شما نهاده می‌شود که بسیار مهم و تعیین کننده می‌باشد سعی کنید آن را به خوبی انجام دهید. در مورد مسائل خانوادگی هم بی‌دلیل برای خودتان نگرانی درست نکنید، چون همه چیز روال طبیعی خود را طی می‌کند و مشکل خاصی وجود ندارد در ضمن در محل کارتان طی این هفته احتیاج بیشتری به همکاری شما خواهند داشت و وظیفه شما در این میان فقط همکاری صمیمانه می‌باشد.

سربلند باشید.

## متولدین مرداد

ملاقاتی دارید که مهم، کاری و تاثیر گذار می‌باشد، پس سعی کنید طی این روزها آراسته‌تر بوده و حساب شده عمل کنید و سعی نکنید از مشکلات و گرفتاریها حرفی به میان بیاورید و بالعکس تلاش کنید درباره مسائل خوب زندگی حرف بزنید. برای نزدیکتر شدن به اهدافتان هم باید غرور بیش از حدتان را کنار بگذارید و به آن اعتدال ببخشید. توجه به مسائل ظاهری شما را از اصل موضوع دور می‌کند، سعی کنید واقع‌بین باشید.

هفته
بعد
شما

**از: دکتر نوید خداداوست**

## متولدین شهریور

برای رسیدن به آنچه که در ذهن دارید باید صبرو تحمل داشته باشید و برای متقاعد کردن عزیزی که دچار مشکل شده باید از کلمات محبت‌آمیز استفاده کنید و محبت واقعی را نثار او نمایید، چون خوشبختانه هنوز هم به بسیاری از مسائل اعتقاد دارید.

مشکلات موجود در زندگی شما بسیار جزیی، ولی بی‌اهمیت هستند و بهتر است که با تدبیر از کنار آنها عبور کنید و ذهنتان را به مسائل مهمتر معطوف نمایید. روزهای خوشی را برای شما آرزو می‌کنم.

## متولدین مهر

واقعیت‌های جالبی برایتان آشکار خواهند شد که اصلاً جای تردید و شک برایتان باقی نمی‌گذارد و مجبور هستید آنها را بپذیرید. در مورد مساله‌ای که وجود دارد اینقدر وسواس به خرج ندهید و از توانایی خود و قدرت تصمیم‌گیری که دارید، سود ببرید و خودتان را به آرامش فکری برسانید.

بده بستانهایی در زندگی وجود دارند که همیشه جزو طبیعت زندگی هستند و مهمترین راه پذیرش آنهاست. از موسیقی غافل نشوید که آرامش خاصی به شما می‌بخشد.

## متولدین آبان

شما در شرایطی نیستید که بتوانید هیجانات زیاد را تحمل کنید پس حداقل سعی نمایید طی این هفته از این قبیل مسائل دوری کنید تا برایتان مشکلی ایجاد نشود. خودتان نیز می‌دانید که انسانی توانمند، لایق، با اراده و مهم هستید، ولی نمی‌دانم چرا مدتی است که خودتان را قبول ندارید و یا قاطعانه رفتار نمی‌کنید، در حالی که شما برای برطرف کردن مسائل و مشکلات زندگیتان احتیاج به هیچ کس دیگری ندارید، فقط باید به خدا توکل کنید و کمر همت ببندید مطمئن باشید که موفق می‌شوید.

## متولدین آذر

می‌دانم که فکرتان بسیار مشغول است و در صدد پیدا کردن راه حل مناسبی هستید ولی بدانید که بهترین کار، درک و شناخت مشکل و مساله می‌باشد در اینصورت می‌توانید راحت‌تر جواب آن را پیدا کنید. مشورت با افراد متخصص برای شما کارساز می‌باشد، لطفاً فراموش نکنید. می‌دانم که آرزوهای شما زیاد و بزرگ می‌باشد و این خود می‌تواند انگیزه و هدف خوبی برای رشد و ترقی شما شود، بنابراین آنها را سرکوب نکنید و جزء صفات منفی به حساب نیاورید.

## متولدین دی

در این هفته لازم است که نشستی دوستانه با عزیزان داشته باشید تا پیرامون مشکل پیش آمده صحبت کنید در ضمن سعی کنید که حداقل چند روز کنجکاوی زیاد راجع به مسائل نداشته باشید و از کنار آنها آرام گذر کنید تا دچار گرفتاری و دردسر نشوید. در ضمن لبخند زیبای خود را مثل همیشه بر لب داشته باشید و سعی نکنید در مورد مشکلاتی که پیش می‌آید زرنگی کنید زیرا بهترین راه برخورد منطقی با مسائل می‌باشد و در واقع این است که شما را به نتیجه دلخواه می‌رساند.

## متولدین بهمن

می‌دانم که خیلی دوست ندارید در مورد مشکلات و یا مسائل خصوصی‌تان صحبت کنید و آنها را با کسی در میان بگذارید، ولی گاهی اوقات لازم است که با شخص مورد اعتمادی درددل نمایید، تا بتوانید کمک و همفکری بگیرید و خودتان را از نظر روحی آرام کنید. همه انسانها ارزش واقعی حرکت‌های ظریف شما را درک نمی‌کنند پس انتظار نداشته باشید که همه اطرافیان آنطور که شما می‌پسندید عمل کنند و بجای آن سعی کنید از قدرت درونی‌تان سود ببرید و به دوستان کمک بدهید که این خود صدقه تواناییهای است که خداوند به شما عطاء کرده.

## متولدین اسفند

در این هفته لازم است کمی ساده‌تر و بی‌ریاتر رفتار کنید، چون حرکات شما همیشه به گونه‌ای مورد سوال دیگران می‌باشد، بخصوص در محل کارتان که این خود به گونه‌ای برایتان مشکل ساز شده است به همین خاطر رفتار صمیمانه و محبت‌آمیز شما می‌تواند باعث حل شدن مشکلاتتان شود. می‌دانم که حس ششم خوبی دارید، ولی سعی نکنید که آن را به رخ دیگران بکشید. هدیه جالبی دریافت می‌کنید که برایتان خوشایند می‌باشد ولی باید به احساساتتان مسلط باشید!

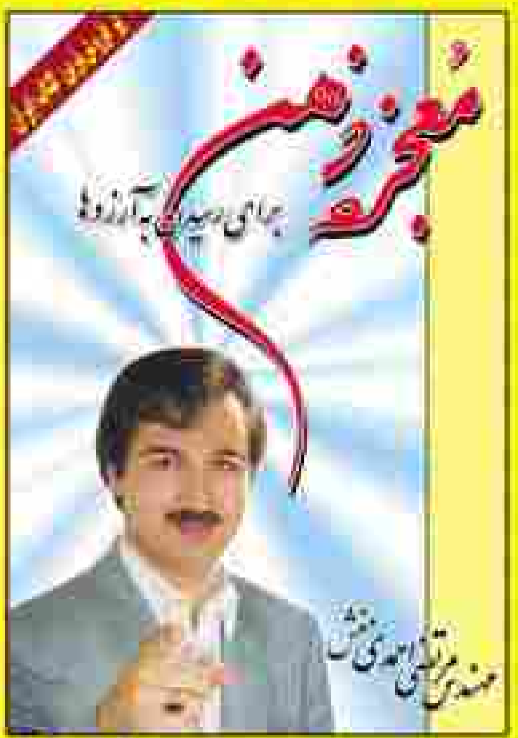
# جوایز بزرگ نشر مؤسسه راه موفقیت

با هدف افزایش آگاهی و ارتقاء معنوی و مادی مردم عزیز ایران

خلاصه‌ای از پیشگفتار

[illegible]

به امید دیدار شما در سکوی قله‌های موفقیت



افزایش ایمان و دوستی با خداوند
ایجاد روحیه شاد و اعتماد به نفس عالی
افزایش قدرت و بهبود رکورد ورزشی
پیشگیری و درمان انواع بیماریها
تربیت فرزندان خلاق و موفق
موفقیت و آرامش در کنکور
افزایش بهره‌وری تدریس
افزایش خلاقیت هنری
افزایش آرامش ذهنی
ارتقاء تحصیلی
تقویت حافظه
تکنیک نقشه گنج
افزایش درآمد و افزایش ثروت
شناسایی نیروهای درونی و هدایت الهی
قدرت کلمات - قدرت تجسم ذهنی
ایجاد میدان انرژی برای جذب
شغل دلخواه، درآمد دلخواه، همسر دلخواه
و
جذب تمام اهداف و آرزوهایتان و...

با تهیه این کتاب علاوه بر شرکت در این قرعه‌کشی بزرگ تحولی عظیم در زندگیتان ایجاد می‌شود

نحوه تهیه کتاب و VCD و شرکت در قرعه‌کشی

پرداخت وجه کتاب و VCD ۲۸۵۰۰ تومان به دفاتر پستی سراسر کشور

قرعه‌کشی بر اساس شماره سریال‌های منحصر بر روی کتاب صورت می‌گیرد

## به پاس استقبال شما جایزه‌ها ۲ برابر شد.

## کتاب بهترین دوست برای شما
## و بهترین هدیه برای عزیزان شما

۲ دستگاه اتومبیل پراید

۲ کیلوگرم طلا (۲ کیلو)
ویژهٔ بانوان
ویژهٔ عموم
۵۰۰ سکه طلا

بانوان در هر ۲ مرحله قرعه‌کشی شرکت داده می‌شوند.

## تاریخ قرعه‌کشی ۲۵ آبان (عید سعید فطر)

**مجوزها**
- ✓ شماره مجوز داخلی چاپ کتاب [illegible]
- ✓ شماره مجوز نشر راه موفقیت [illegible]
- ✓ شماره مجوز مؤسسه راه موفقیت [illegible]
از سوی وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی
- ✓ شماره ثبت شده از سازمان ثبت شرکتها

**تضمین‌ها**
- ✓ نشر مؤسسه راه موفقیت برگشت وجه کتاب را در صورت عدم رضایت تضمین نموده است
- ✓ طبق قرارداد [illegible] شرکت پست جمهوری اسلامی ایران تحویل کتاب و VCD را درب منازل در سراسر کشور تضمین نموده است

WWW.RAH-MOVAFAGHIAT.COM

در صورت عدم پاسخگویی دفاتر و باجه‌های پستی لطفاً به تلفن (۱۰ خط) ۸۴۰۷۰۰۰-۰۵۱۱ مؤسسه راه موفقیت اطلاع دهید.

قرعه کشی بزرگ شرکت نفت ایرانول

مسابقه دیدنی تیم‌های ملی ایران و آلمان
۱۸ مهر استادیوم آزادی
مسابقه دیدنی تیم‌های ملی ایران و قطر
۲۳ مهر

صد جایزه ارزنده از محصولات خانگی به قید قرعه برای هموطنان عزیزی که نتیجه بازی را درست پیش بینی کنند
پیش بینی نتیجه بازی را برای ما ارسال کنید و در قرعه کشی بزرگ شرکت نفت ایرانول شرکت کنید
به همراه قرعه کشی و اهداء جوایز در انتهای مسابقه در استادیوم آزادی

ایرانول

شرکت نفت ایرانول
حامی تیمهای ملی فوتبال

نتیجه بازی را حدس بزنید
و
جایزه بگیرید

نام:
نام خانوادگی:
نام پدر:
شماره شناسنامه:
نتیجه بازی (ایران): ☐ آلمان: ☐
ایران: ☐ قطر: ☐
آدرس:
تلفن:

کانادا ۱۲ ماه
۱۰۰٪ تضمینی

استرالیا زیر ۳۰ سال
۲ ماه کلیه رشته‌های تحصیلی
فوق دیپلم به بالا

موسسه کاریابی بین المللی
شهرزاد

با مجوز رسمی از وزارت کار و امور اجتماعی

از دارندگان مدارک ذیل جهت کار در کشورهای کانادا، استرالیا و آلمان ثبت نام می نماید.

- ۱. پزشکی
- ۲. پرستاری و مامائی ـ پیراپزشکی
- ۳. مهندسی در رشته‌های عمران ـ معماری ـ مکانیک ـ برق و کامپیوتر
- ۴. دارندگان مدارک فنی و حرفه‌ای در رشته‌های قالبسازی ـ تراشکاری مکانیک ماشینهای سبک و سنگین ـ صافکار ـ آشپز ـ نقاش ماشین ـ لوله کش

۱۰۰ ٪ تضمینی

ضمناً متقاضیان اخذ اقامت کانادا از طریق سرمایه‌گذاری نیز می توانند از طریق این موسسه اقدام نمایند.

۱۰۰ ٪تضمینی

آدرس: میدان آرژانتین ـ خیابان بخارست کوچه ۴ پلاک ۹ واحد ۸
تلفن: ۸۷۴۱۰۰۸ – ۸۵۰۰۶۴۴